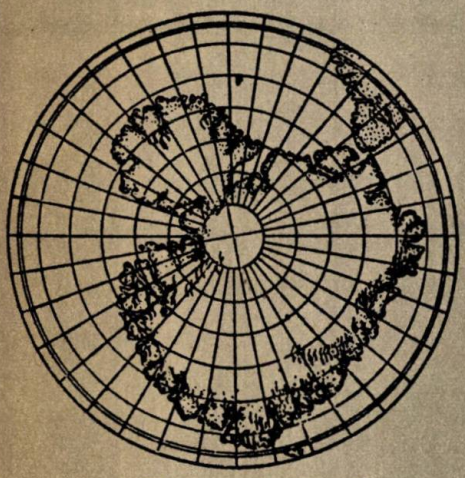
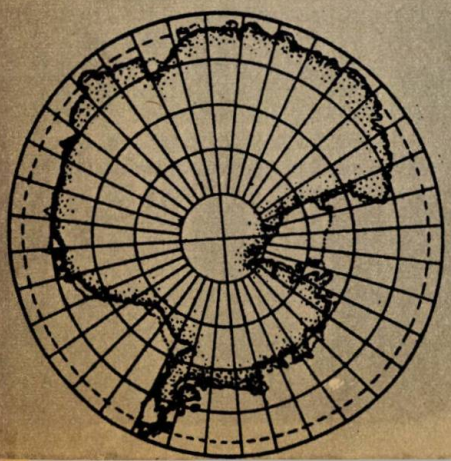
Harta contemporană a Mării Egee



Prima navigație către țărmurile Antarcticii datează din secolul XIX. Comparați această fotografie a hărții lui Orôntius Fineus, realizată în 1532, cu fotografia hărții actuale a Antarcticii.



**UNELE CLĂDIRI** din antichitate, a căror construcție cerea profunde cunoștințe tehnologice, rămîn pentru noi un mister. Printre ruinele din Baalbek (Liban) s-au aflat ziduri în care unele blocuri au 1 200 tone. În India, acoperișul faimoasei Pagode Negre, înaltă de 70 metri, era o dală monolită cîntărind peste 2 000 tone. Or, chiar în zilele noastre, cea mai modernă instalație de ridicat nu e capabilă să deplaseze greutăți atît de considerabile, nici pe plan vertical, nici pe plan orizontal.

Inutil să prelungim lista cunoștințelor profunde de care dispuneau anticii, cunoștințe acumulate, fără îndoială, de-a lungul mileniilor ca să se piardă apoi într-o uitare aproape totală. Aceste cunoștințe par să aparțină unei civilizații dispărute în urma unui cataclism. E de altfel greu să găsim leagănul presupusei civilizații în timpul cărora, scurgîndu-se mii de ani, imense porțiuni de pămînt au fost înghițite de oceane. Aceste teritorii dispărute au rămas totuși în memoria omului. Platon vorbește în scrierile sale de un continent atlantic. După părerea lui, o asemenea insulă imensă s-a scufundat în urma unui cutremur. Platon se referă la Solon din Atena care ar fi vizitat Egiptul pentru a culege de la preoți date privind acea insulă. Filosoful grec Crantor (sec. IV î.e.n.) a văzut în Egipt o coloană cu inscripții unde se povestea despre insula enormă care ar fi fost înghițită de Atlantic.

Autorii antichității semnalează că India era legată de Africa printr-o fîșie de pămînt. Savanții arabi din Evul Mediu menționează, la rîndul lor, vestigii ale fîșiei cu pricina în Oceanul Indian. Vagi amintiri despre pămînt ferm în plin Ocean Indian, păstrează popoarele Indiei Orientale. Iată ce scrie un istoric al locurilor : „Tamilaham, patria Tamililor, se afla în timpuri străvechi la sud de marea insulă Nawalam, unul din primele pămînturi care au apărut brusc lîngă Ecuator. Făcînd și el parte din Lemuria, acest continent pierdut a fost leagănul civilizației". Nu dispunem de date destul de solide pentru a afirma că, precis, această regiune — și nu Atlanticul sau Pacificul cu insulele lui dispărute, cu scrieri nedescifrate, statuile inexplicabile și miturile misterioase — a dat naștere primei civilizații de pe planeta noastră.

**NU NUMAI CURSUL NEIERTĂTOR AL TIMPULUI** e vinovat de ultragiile ireparabile aduse cunoștințelor noastre despre trecut. Sînt mai multe motive. Unul dintre ele : casta inițiaților din antichitate nu era deloc interesată ca informațiile lor să devină generale, căci știința aducea celor ce o posedau avantaje importante. Pe de altă parte, aplicarea ei nu era totdeauna benefică ; avem și astăzi un exemplu în folosirea armei nucleare, exemplu cînd știința, tehnica au depășit dezvoltarea morală și spirituală a umanității.

Prin aceeași prismă trebuie să privim și încercarea de-a explica unele fenomene misterioase privind descoperirea prafului de pușcă. Berthold Schwartz, călugăr franciscan acuzat de vrăjitorie, a fost aruncat în închisoare. Acolo și-a continuat experiențele și într-o zi, amestecînd sulf cu salpetru și cărbune de lemn a obținut un praf de-o forță distructivă extraordinară. Era în 1330. La începutul secolului XIV a început într-adevăr să se folosească praful de pușcă în Europa. Dar cercetînd trecutul se descoperă cu surprindere că și cu mult înainte de această dată praful de pușcă apărea — subit — ba într-o țară, ba într-alta, ca să dispară imediat secole de-a rîndul. Astfel, arabii l-au folosit la asediul unui oraș spaniol în 1257. Menționarea precedentă se raportează la anul 690. În secolul VIII, praful de pușcă era cunoscut și în Egipt, iar înainte, prin anul 80, rețeta lui trecea din India în China. Cum se face însă că nu s-a răspîndit imediat? Fără nici o îndoială, inventatorii tineau să rămînă secret.

**ÎN MAHABHARATA**, marele poem epic al mitologiei hinduse datînd de acum 3 000 de ani, există descrierea unei arme misterioase și teribile, descriere care, vai, nu pare deloc exagerată pentru noi, în secolul atomic: „Un proiectil luminos, scuipînd flăcări și fum, a fost lansat. O ceață groasă acoperă îndată trupele. De cealaltă parte, orizontul e cufundat în întuneric. Cu un bubuit groaznic, norii de fum se îndreaptă către cer... Parcă și Soarele s-a întors din drumul lui. Lumea e pîrjolită de căldura acestei arme. Elefanții arși de flăcări, înfricoșați, au luat-o la fugă...“ Această armă „avea aspectul unei uriașe săgeți de metal, care părea un monumental mesager al morții“. Pentru a neutraliza una din „săgețile de metal“, eroul poemului epic a dat ordin să fie prefăcută în praf și pulbere și aruncată în mare. Acest procedeu ar fi greu de explicat dacă arma era numai o gigantică rachetă cu praf de pușcă. Ca, de altminteri, și comportamentul luptătorilor căci, imediat după bătălia din zona exploziei, ei s-au repezit la fluviu pentru a-și spăla hainele și armele. S-au descoperit eventuale urme ale folosirii „săgeții de metal“ cu prilejul săpăturilor făcute în Asia Mică, în capitala Hitiților, anticul oraș Hatuza. Respectiva cetate a fost distrusă în urma unei temperaturi atît de ridicate încît zidurile de cărămidă s-au topit pur și simplu, formînd o masă compactă roșiatică. Se cunosc insuficient și alte lucruri care-i nedumeresc profund pe savanți. De pildă, descoperirea în India a unui schelet omenesc a cărui radioactivitate e de 50 de ori mai mare decît cea normală. Pentru ca depozitele, conținute de oase, să poată avea o radioactivitate atît de ridicată, ar fi trebuit ca acel om, mort de 4 000 de ani, să fi absorbit într-o viață destul de lungă alimente a căror radioactivitate ar fi fost de sute de ori mai puternică decît în mod obișnuit.

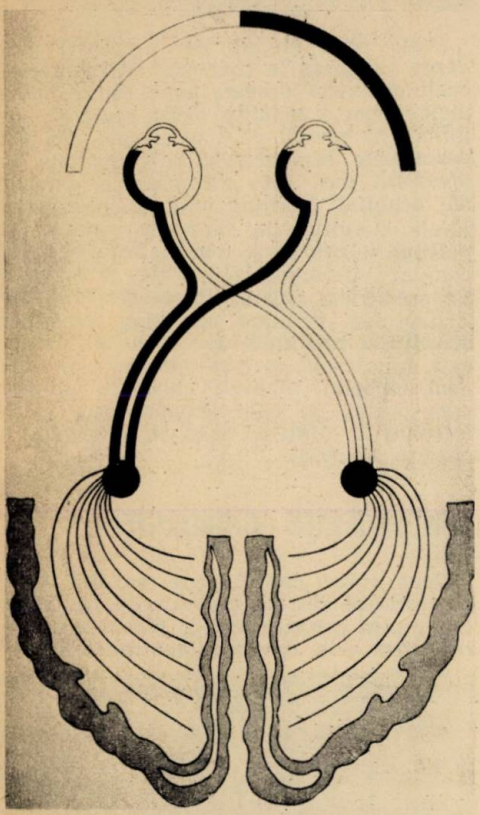
**DIFERITE POPOARE** au legende unde zeii sau eroii zboară în aer cu care înaripate. Sigur că legendele reprezintă aspirația poetizată a oamenilor de a zbura la fel ca păsările. Dar poemul sanscrit Samarangana Sutradhara consacră 230 versete aparatelor zburătoare, avertizînd cititorul de la bun început că „nu din ignoranță nu pomenim nimic despre felul cum sînt lucrate diferitele piese ale unui car zburător, ci pentru a nu dezvălui o taină. Amănuntele nu sînt explicate, căci dacă asemenea cunoștințe ar fi aflate de toată lumea, aparatul ar risca să fie folosit pentru a face RĂUL“.

Asemenea aparate le mai găsim și în descrierea duelului aerian purtat cu dușmanul de către eroul legendelor celte Cuchulainn. În timpul luptei, el a reușit să arunce afară din carul zburător două obiecte albe, „mari ca pietrele de moară“. Lipsit de aceste obiecte carul dușman s-a sfărîmat de pămînt, cu cuirasa prefăcută în țăndări“.

**HERODOT POVESTEȘTE** despre o navă ciudată care a trecut cu mare viteză prin strîmtoarea Gibraltar și s-a îndreptat spre Mediterana. Citînd martori, Herodot afirma că acea corabie nu avea nici rame, nici pînze. Secole de-a rîndul relatarea lui a fost considerată născocire pură. Nimeni nu-și putea imagina că ar putea exista o altă formă de energie decît cea cunoscută. Mult mai tîrziu a părut un sacrilegiu afirmația că pot exista „pietre care cad din cer“ — meteoriții. Academia franceză a calificat această afirmație drept invenție, iar marele Lavoisier drept antiștiințifică. Descoperirea razelor X a fost primită cu rîsete, cea a hipnozei, renegată categoric de savanții epocii.

În definitiv n-ar avea nici un rost enumerarea și condamnarea greșelilor din trecut, plecînd de la pozițiile ocupate de științele moderne. Rîndurile de mai sus nu pot întruni, desigur, acordul unanim. Autorul n-are deloc pretenția să prezinte un tablou al adevărurilor definitive și indiscutabile; el nu are nici intenția să excludă alte opinii și ipoteze. Singurul lucru pe care-l afirmă categoric e certitudinea că viitorul ne va dezvălui multe alte fapte, date, cunoștințe infinit mai profunde despre trecutul omenirii.

# CREIERUL ..... ȘI VĂZUL



*Căile optice reprezentate pe această schemă, arată drumul de la retină la cortextul vizual, situat în spatele creierului în lobul occipital.*

Ochii nu pot greși, zicea un vechi citat latin, dacă sînt conduși de minte. Mecanismul optic al ochiului poate fi comparat cu un aparat de fotografiat sau de filmat. Razele luminoase traversează o cameră neagră, cavitatea intraoculară, înainte de a impresiona o membrană sensibilă — retina. La nivelul retinei are loc o transformare chimică importantă : energia luminoasă devine influx nervos ce va fi condus, pînă la creier, pe căile optice. Viziunea spațială ajunge la creier la fel ca cea formată pe retină ; viziunea culorilor pare să se formeze la nivelul retinei grație a trei receptori de culori fundamentale : roșu, verde, albastru; viziunea precisă e fixată într-o zonă a retinei, partea ei centrală, unde se găsesc doar celulele retiniene cunoscute sub numele de conuri iar viziunea nocturnă, necolorată, se datorește altor celule retiniene, bastonașele.

Drumul de la ochi și pînă la cortexul vizual (în partea posterioară a creierului) este foarte complicat. De-a lungul lui, fibrele nervoase ce vin de la ochiul drept se întîlnesc cu cele ce vin de la ochiul sting. Viziunea binoculară este opera creierului care formează din imaginile celor doi ochi, o imagine fuzionată, unică.

## „TINEREȚEA" VEDERII

Se pare că oricît ar fi de ageri, ochii omului nu au niciodată o conformație anatomică ideală și nici nu există ochi perfecți din punct de vedere al sănătății. Ceea ce înseamnă că un examen al ochiului este binevenit și revelator, nu numai cînd ne supără ceva sau cînd apare vîrsta primilor ochelari ! Dar cît de mult îmbătrînește ochiul ? Depinde din ce unghi de vedere privim acest fenomen firesc. Sigur că ochiul îmbătrînește, la fel ca și celelalte organe, mai ales că el este sensibil la orice leziune a bătrîneții apărută în organism (scleroza vaselor, infiltrații de grăsime, depozite calcaroase). Totuși, într-o seamă de maladii, ochii unui om mai bătrîn sînt mai buni decît ochii unui om tînăr în transplantul de cornee (membrană transparentă în partea din față a ochiului) cele mai reușite operații se fac între 60—65 ani iar limita de vîrstă a acestor intervenții este 95 de ani. Printre pacienții operați de conf. univ. dr. Mircea Olteanu, de pildă, se numără vreo 32 de cazuri de transplante reușite după 70 de ani. Iar operațiile de acest gen se pot repeta, reface. Cu ajutorul chirurgiei, dar și al unor instrumente speciale (ochelari, lentile de contact dure sau moi etc.) omul își poate menține multă vreme tinerețea vederii.

## CELE MAI GRAVE BOLI

În primăvara anului 1976, Organizația Mondială a Sănătății făcea publice o serie de date privind bolile ce afectează ochii. Destul de îngrijorătoare, ele porneau de la existența, în lume, a 10 milioane de

orbi şi de la perspectiva ca, în 25 de ani, numărul acestora să se dubleze. Cauzele multiple se datoresc, pe de o parte, într-o seamă de ţări în curs de dezvoltare, bolilor infecţioase, adevărate surse epidemice, cum ar fi : trahomul (500 milioane bolnavi din care două milioane orbi), afecţiune transmisibilă de la mamă la copil, xeroftalmia oncocercoza, pe de altă parte, unor boli caracteristice ţărilor dezvoltate: tulburări ale retinei, cataractă, glaucom, boli ale corneei. La acestea trebuie adăugate condiţiile vieţii moderne ce supun ochiul unor agresivităţi diverse de tipul suprasolicitării lui (iluminatul prost), agenţilor chimici ai mediului înconjurător (aşa numitele conjunctivite alergice), accidentelor de muncă, de circulaţie.

Terapia tuturor acestor boli este diversificată, în trusa ei de mijloace specifice intrînd medicamente, în special antibiotice, măsuri de eradicare a unor focare de infecţii, măsuri de prevenire, de protecţie a muncii şi intervenţii chirurgicale.

Pe cale naturală, ochiul se apără singur de traumatisme. Cea mai mare parte a globului ocular, sferă cu diametrul de 24 mm, este aşezată în cavitatea osoasă a orbitei, de care este separată printr-o perniţă de grăsime. Cînd este lovit, ochiul se „retrage" în orbită şi se iveşte acea „vînătaie" de sînge subcutanată. Bătaia rapidă a pleoapelor ce formează o perdea protectoare, îl apără de corpurile străine. Lacrimile înlătură, de altfel, praful. Globul este înconjurat de o „coajă" rigidă, un fel de schelet al ochiului, formată, în faţă, de cornee şi în spate de sclerotică.

Protecţia naturală trebuie suplinită însă de protecţia omului care este dator să îngrijească acest organ fragil, să-l ferească de îmbolnăviri, de oboseală, de tratamente necorespunzătoare. O nouă disciplină, apărută nu de multă vreme, ergoftalmologia, studiază situaţiile periculoase ce pot ameninţa ochiul în timpul lucrului, cum e asigurată lumina în casă, cît de bine funcţionează televizorul etc.

## ANOMALII

Se afirmă tot mai des că în lume sporeşte nu numai numărul celor care orbesc dar şi al celor ce poartă ochelari. În parte, folosirea ochelarilor se explică şi prin unele anomalii de vedere cu care ne naştem sau pe care le căpătăm ; miopia (viciu de refracţie din pricina căruia obiectele situate la infinit se proiectează în faţa retinei iar subiectul le zăreşte neclare), ambliopia (scăderea acuităţii vizuale la unul sau la amîndoi ochii), strabismul (privirea crucişă) etc.

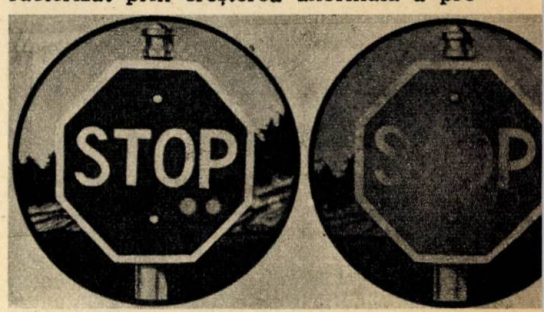
Miopia, cea mai răspîndită dintre anomalii, este şi o boală transmisibilă genetic, ereditară, în special de la mamă la copil şi pare a fi mai gravă la femei şi la bătrîni. Ochelarii se impun de la cea mai fragedă vîrstă. Altfel, miopia, mai ales cea forte, dă tulburări cu leziuni de fund de ochi (10 la sută din cazurile de miopie), dezlipiri de retină.

## REACŢII ALERGICE ?

Poate pare ciudat, dar cercetări moderne au ajuns la concluzia că la nivelul ochiului există procese imunologice anormale ce par a constitui cauza reală a unor inflamaţii, reacţii de tipul alergic. Au fost descoperite hipersensibilităţi imediate ce afectează mai ales membranele externe ale ochiului (conjunctivita, corneea) datorate alergiilor la substanţe cum ar fi polenul şi praful şi manifestîndu-se prin conjunctivite alergice, mai ales primăvara. De asemenea, există hipersensibilităţi întîrziate sau celulare, ce ating mai ales structurile profunde ale ochiului, provocate de microbi care se comportă ca alergeni, ciuperci, virusuri, chiar de un germen purtat pe cale sanguină (un focar infecţios al dinţilor, cutanat, ginecologic, chiar o sinuzită).

## BINEFACERILE CHIRURGIEI

Două dintre cauzele cele mai frecvente ale cecităţii sînt la ora actuală **cataracta** (opacitatea cristalinului) şi **glaucomul** (caracterizat prin creşterea anormală a pre-

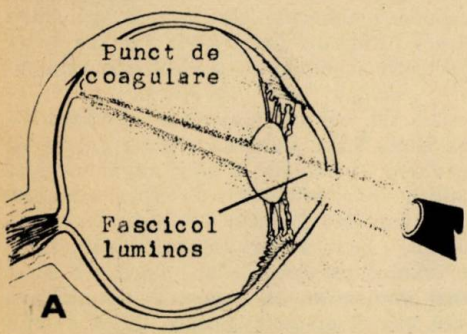


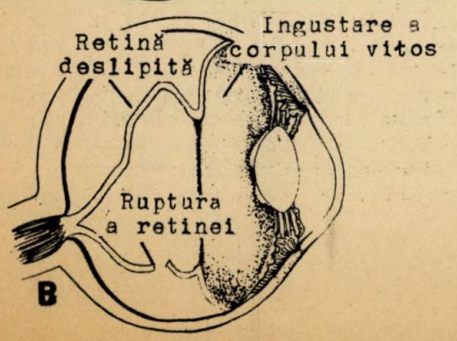

*Imagine normală (stînga) şi văzută opacizată în centru de un bolnav de cataractă (dreapta)*

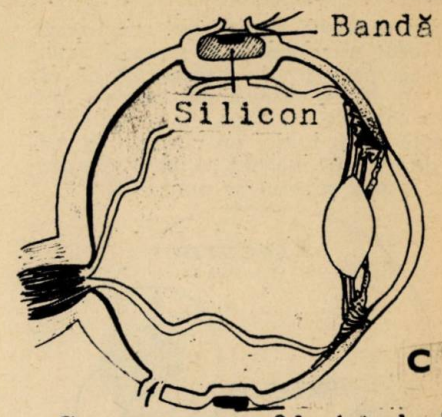
siunii interne a globului ocular). Aceste boli afectează mai ales persoanele în vîrstă. Accidentele dau şi ele cam 10 la sută din cazurile de cecitate. Alte cauze : cancer, boli congenitale, maladii metabolice şi degenerative. Şi, nu trebuie uitat că în trei sferturi din cazurile de orbire, cauzele rămîn necunoscute.

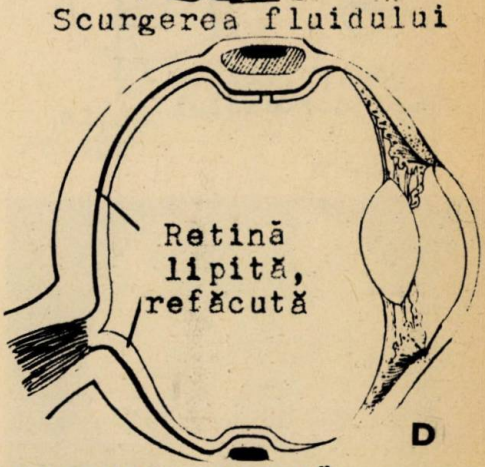
**Chirurgia ochiului**, care a făcut progrese considerabile, reuşeşte de multe ori să re-

zolve cazuri disperate, imposibil de tratat prin alte metode. Operaţia de cataractă, cunoscută de foarte multă vreme, se face astăzi, aşa cum aprecia un specialist în revista „Science et vie", „în condiţii de relativă securitate". Ea constă, după cum se ştie, în extragerea cristalinului bolnav. Bolile corneei, acest oblon transparent de la suprafaţa ochiului, sînt astăzi destul de frecvente, avînd drept cauze traumatismele sau infecţiile. Grefa de cornee care se face cu succes şi în ţara noastră, redă vederea multor oameni. Tot chirurgia este aceea care tratează şi dezlipirea de retină. Retina este formată din două straturi, unul exterior, epiteliu pigmentar, şi altul intern, stratul neuro-senzorial. În momentul cînd se produce o ruptură într-un punct al retinei, cele două straturi se pot separa. În ruptură, se infiltrează lichid care împinge stratul neuro-senzorial către corpul vitros formînd pungi care se măresc. Bolnavul vede o parte din cîmpul său vizual acoperit de un fel de văl negru. Uneori, la începutul unei astfel de rupturi se poate interveni cu o lampă foarte puternică al cărei fascicol se concentrează pe un punct precis al retinei sau cu laserul. Mica arsură poate reface ruptura. (foto A.) Dar cînd este vorba despre rupturi mai grave, intervine chirurgul. Una dintre metodele cele mai noi este implantarea în membrana sclerotică ce înconjoară ochiul, a unei bucăţele sau chiar a unei benzi de silicon, capabile să formeze o barieră rigidă, uşurînd vindecarea rupturilor. Urmăriţi fotografiile care arată o ruptură mai serioasă de retină (B); după coagulare se fixează o bandă rigidă din silicon în jurul ochiului (C), şi, în sfîrşit, retina lipită, refăcută (D).



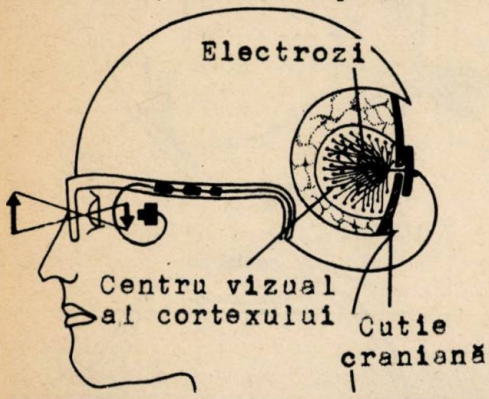



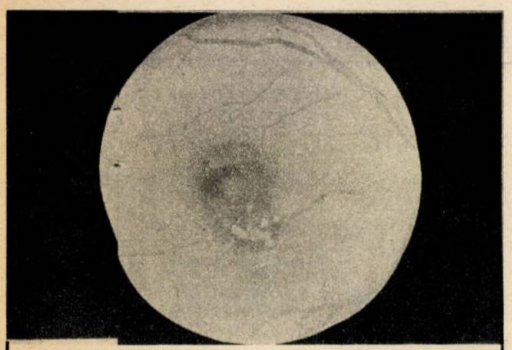




## ELECTRONICA SPRIJINĂ NEVĂZĂTORII

**Pentru cazurile nevindecabile, cînd nici un tratament, nici o intervenţie chirurgicală nu mai pot reda vederea, s-a apelat la serviciile electronicii.**

Despre **ochelarii sonar**, care avertizează cu ajutorul ultrasunetelor, s-a mai scris. Pe acelaşi principiu se bazează şi un alt aparat, un fel de cutie sonar, care purtată la gîtul celui ce nu vede, emite un sunet de îndată ce se iveşte un obstacol la distanţe de 2 m. Pe măsură ce omul se apropie de obiect, sunetul se amplifică.



Fotocoagularea care beneficiază acum şi de utilizarea laserului, permite arderea apoi cicatrizarea micilor leziuni ce pot atinge fundul ochiului: anevrisme, hemoragii, tromboze ale retinei. Micile puncte de culoare deschisă ce se observă în centrul acestei fotografii corespund punctului de impact al razelor laserului.

Ţesut conjunctiv, al doilea strat al corneei care, spre deosebire de orice alt ţesut al organismului, este transparent, ceea ce permite văzul. Transparenţa se datoreşte unei alcătuiri specifice a fibrelor secretate de celule foarte specializate (în clişeu, de culoare neagră)

**Bastonul laser** arată ca un baston obişnuit prevăzut însă cu un emiţător de raze laser infraroşii. Una dintre cele trei raze emise este îndreptată în jos. În clipa cînd la doi-trei paşi se iveşte o denivelare, să zicem de vreo 10 cm., ecoul optic ce se îndreaptă spre baston este transformat şi declanşează o vibraţie care se simte pe degetul arătător al purtătorului bastonului. A doua rază, dirijată drept înainte declanşează o vibraţie de o frecvenţă diferită atunci cînd ecoul semnalează prezenţa unui obstacol la nivelul omului. O a treia rază, îndreptată în sus, semnalează obstacolele la înălţimea capului.

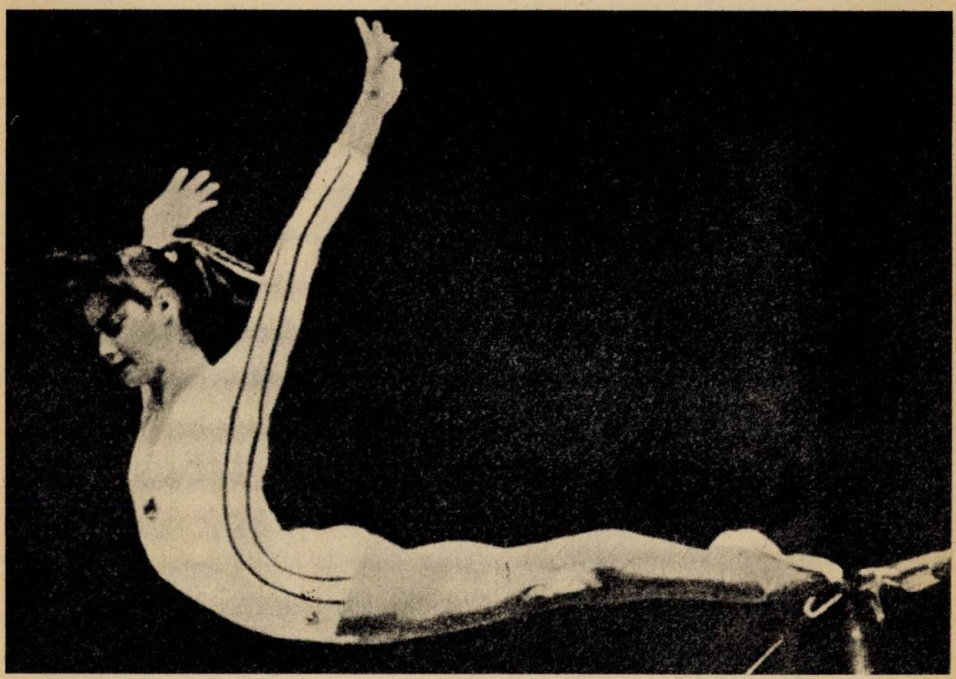
**Optacon**, aparat pus la punct de dr. J. Linvill de la Universitatea Stanford (California), este format dintr-un captator optic de mărimea unui pachet de ţigări care poate fi plimbat de-a lungul unui text pentru a „citi" literele măsurînd diferenţa de intensitate luminoasă între foaia de hîrtie şi textul imprimat. Cititorul ţine aparatul cu mîna dreaptă în timp ce indexul mîinii stîngi este plasat pe un senzor tactil (vezi pag. 153 dreapta jos) Pe acest senzor se găsesc 144 mici puncte ce transmit sub formă de vibraţie, imaginea literelor analizate de captator şi pe care orbul învaţă destul de repede s-o recunoască.

Dar mîine, ce progrese va face electronica? Mîine, se speră în... **ochiul electronic**! Nevăzătorului i se va implanta un ochi de sticlă în interiorul căruia va exista o cameră miniaturizată de televiziune. Ansamblul va fi dirijat cu ajutorul muşchilor oculari. Un fir subţire ce trece prin orbită va transmite puncte de intensitate luminoasă variabilă unui mini ordinator încorporat într-unul din braţele ochelarilor. Acest desen din puncte va fi transformat în impulsuri electrice care vor fi transmise direct printr-un fascicol de fire ce leagă electrozii ochelarilor cu electrozii implantaţi. Echipa de cercetare care se ocupă de ochiul electronic (Universitatea Utah, S.U.A.) are de acum o seamă de rezultate ca urmare a unor experimentări asupra unor voluntari. O experienţă inedită a fost făcută publică la începutul acestui an: lectură Braille prin stimularea cortexului cerebral. Prin placa de electrozi implantată în cortex şi cu ajutorul unui circuit electric, fiecare literă a unui text este transformată nu în puncte de relief, ca în alfabetul Braille ci în impulsuri dirijate pe unul sau altul dintre electrozii branşaţi direct pe creier. Acest „Braille cortical" poate fi învăţat cu viteza de 30 litere pe minut, deci mult mai rapid decît cel cunoscut acum.

**Grupaj realizat de**
**LUCIA MANOLESCU**

# MONTREAL

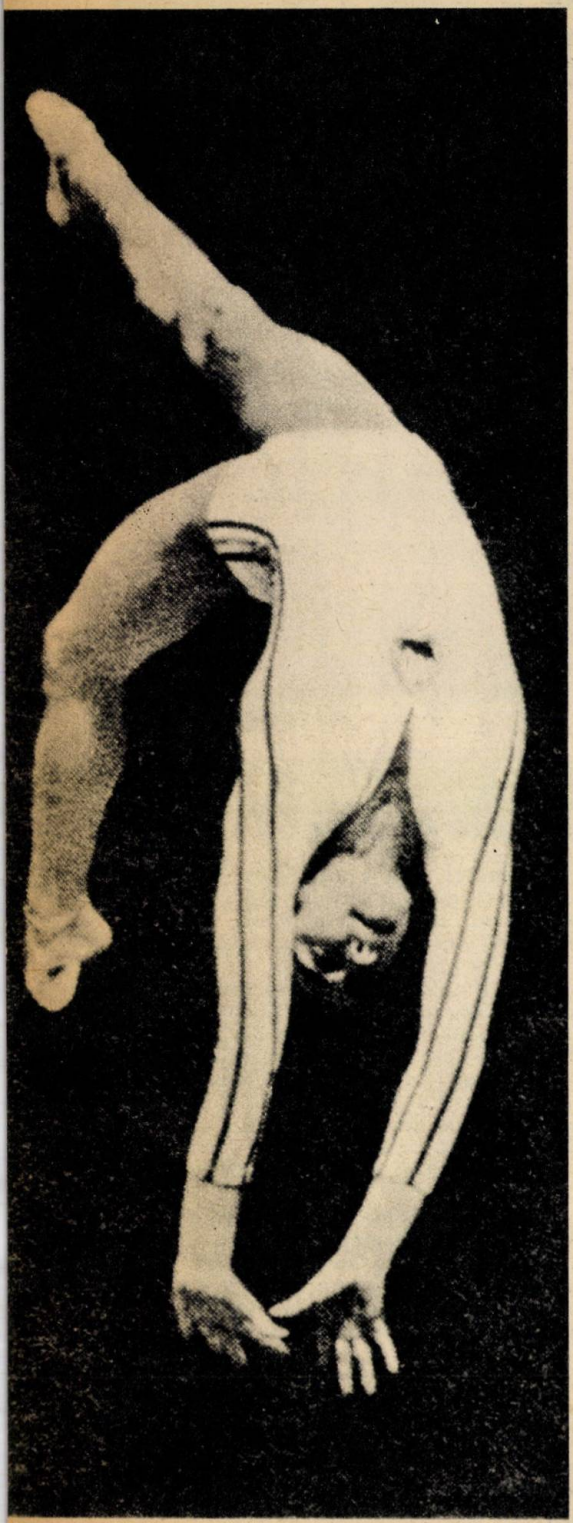
## 1976 — 1976



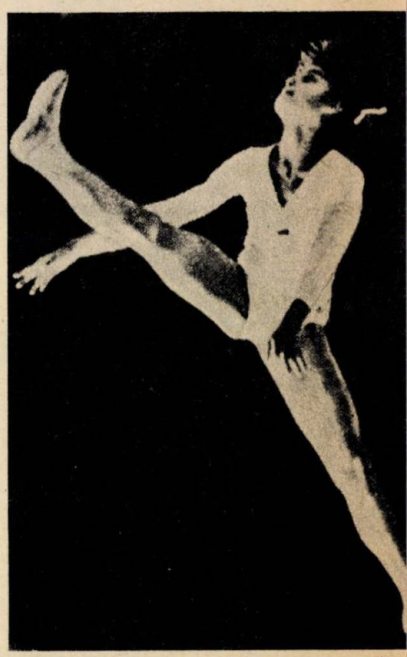
*Fără îndoială, principalul eveniment sportiv al anului 1976 a fost Olimpiada de la Montreal. Prin desfășurarea impecabilă a concursurilor și rezultatele obținute, cea de a XXI-a ediție a Jocurilor olimpice de vară s-a consacrat drept cea mai valoroasă din istoria modernă a complexei întreceri. Această apreciere, la care a subscris întreaga presă mondială, este atestată numai și prin faptul că, în decurs de două săptămîni, au fost doborîte 86 de recorduri olimpice și 38 de recorduri mondiale, fără a se mai socoti sutele de recorduri continentale, zonale, naționale și personale. Această avalanșe de recorduri, fără precedent în istoria mondială a sporturilor, este — în mod necontestat — rodul pregătirilor atente, efectuate potrivit unor programe științifice minuțios gîndite, la care au fost supuse majoritatea loturilor olimpice naționale. Olimpiada de vară a anului 1976 a marcat, de altfel, un moment nou în istoria acestor întreceri. Este momentul afirmării faptului că, fără a se face apel la cuceririle științei, șansele de a concura cu succes într-o competiție de anvergură sînt minime, în condițiile în care adversarii se supun rigorilor unor tehnici moderne.*

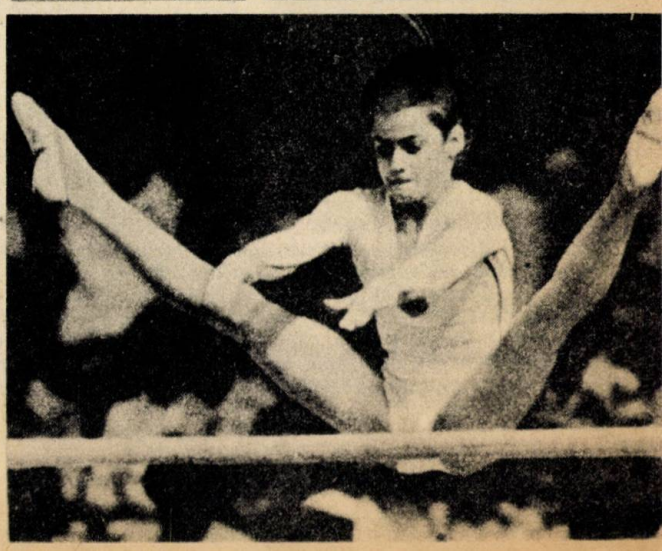
*Pentru mișcarea sportivă din țara noastră, Jocurile Olimpice de la Montreal au reprezentat un succes neatins în nici o ediție precedentă. România a urcat pe locurile 5—6 în ierarhia sportului mondial, ceea ce constituie nu numai o consacrare, ci și o confirmare a cursului său ascendent. Mult mai puțin numeroasă decît loturile altor țări, delegația României s-a dovedit capabilă să obțină 27 de medalii, dintre care 4 de aur, performanță neatinsă de mișcări sportive cu îndelungată tradiție și mare renume.*

*Urmărite de peste un miliard și jumătate de oameni prin intermediul televiziunii, competițiile — derulate într-un veritabil spectacol maraton — au cerut un efort susținut și pentru pasionații sportului din țara noastră. Oricum, acest efort a fost răsplătit, prin rezultatele componenților lotului nostru național, în special de gimnaste, în frunte cu Nadia Comăneci, care au făcut să se ridice de multe ori tricolorul pe catargele olimpice. Acestor iubitori ai sportului ne propunem să le înfățișăm acum o serie de întîmplări și date inedite, sau mai puțin cunoscute de la Montreal.*



# MONTREAL 1976





## URMĂRILE POPULARITĂȚII

După cum relatează presa internațională, în Canada „face ravagii" o modă nouă — „Comănecita". Mii de copii și tineri canadieni, entuziaști admiratori ai Nadiei Comăneci, s-au dedicat gimnasticei, încercînd să imite exercițiile inimitabile ale marii campioane. Mai multe tinere mame au dat noilor lor născute numele Nadiei. Fetele se piaptănă „à la Nadia" etc. Popularitatea Nadiei Comăneci a fost fără precedent în istoria J.O., fapt care a decis serviciile de poliție canadiene să ia măsuri suplimentare de securitate în jurul tinerei gimnaste. Oricare persoană care se apropia de lotul român de gimnastică, era legitimată. În plus, noul „idol olimpic", cum a fost denumită Nadia, a fost permanent înconjurat de 6 polițiști și 4 soldați echipați de campanie. În plus, o membră a jandarmeriei canadiene a urmat-o pe Nadia pas cu pas, fiind în contact permanent prin radio cu o numeroasă echipă de securitate, gata de intervenție în cazul în care marea gimnastă ar fi fost bruscată de zecile de mii de admiratori și curioși. Asaltul acesta necontenit și obositor al publicului asupra idolului său a făcut ca plecarea Nadiei spre București să se producă aproape în secret. Ea a ajuns la aeroportul Mirabel înconjurată de o escortă specială a jandarmeriei locale.

## UN RECORD PENTRU ETERNITATE?

Tarzan, celebrul erou al junglei, întruchipat de nu mai puțin celebrul actor american de origină română Johnny Weismuller, înota ca o săgeată. Scenele de film ale lui erau reale, deoarece nici un alt om din lume nu-l putea egala. Johnny parcurgea 100 m înot sub 60 de secunde. În iulie 1922, acest record mondial, care îi aparținea, a părut imbatabil. Dar iată că, după mai bine de o jumătate de secol, un alt american, Jim Montgomery, în vîrstă de 19 ani, înoată la Olimpiada de la Montreal sub 50 de secunde aceeași distanță. Cînd a terminat cursa, auzind ovațiile publicului, Jim și-a ridicat nedumerit privirile spre tabela electronică de marcaj. A clipit de cîteva ori din ochii săi miopi, i-a frecat de cîteva ori, nevenindu-i să creadă ce vedea: „49"99 ! Apoi a exclamat: „Un record pentru eternitate"... Oare așa va fi ?

## SFÎRȘITUL LUI „GIFT HORSE"

Un gest fără precedent la J.O. s-a petrecut în rada portului Kingston. Englezii Alan Warren și David Hunt, concurenți la iahting, clasa „Tempest", și-au dat foc propriei ambarcații după terminarea cursei în care au ocupat ultimul loc. Întrebați de autoritățile portuare (care au trebuit să evacueze epava), care este semnificația acțiunii lor, cei doi navigatori au declarat că și-au sacrificat ambarcațiunea aidoma vechilor vikingi, flacăra ei alăturîndu-se cele olimpice, pentru eternitate. Cu lacrimi în ochi, David Hunt și Alan Warren și-au luat adio de la bătrîna lor „Gift Horse", cu care au cucerit medalia de argint la campionatele de la Kiel, precum și un mare număr de premii și cupe în alte concursuri, timp de 7 ani. Dar, în afara acestui incendiu voluntar, care a șocat zeci de mii de spectatori aflați la baza olimpică de la Kingston, există o altă rațiune, mai prozaică. „Transportul vasului nostru, a arătat Alan Warren, ne-a costat 7500 de franci și o mulțime de timp pierdut cu formalitățile administrative. În plus, acum am constatat că bătrînul nostru vas este cu adevărat bătrîn. Puteam să-l vindem aici în Canada. Dar merita această trădare ? Iată de ce, aidoma vikingilor, am hotărît să-l sacrificăm, oferindu-i un sfîrșit demn de trecutul său !"

## GAZON SINTETIC... CONTESTAT

Gazonul sintetic cu care au fost acoperite terenurile olimpice de fotbal are calitatea de a nu se deteriora ușor și de a nu permite degradarea spațiului de joc, chiar în condițiile unor ploi abundente și îndelungate. Invenția a surprins însă pe jucătorii unor echipe reprezentative, nu prin noutățile tehnice, ci prin efectele pe care le produc firele artificiale de iarbă. Cei mai afectați s-au dovedit a fi francezii. Portarii Larrieu și Orlandini au declarat că plonjoanele pe un asemenea gazon sînt foarte riscante, fibrele artificiale comportîndu-se uneori ca niște sîrme ascuțite sau lame de brici, care fac să sîngereze orice parte a corpului ce intră în contact violent cu ele. Fundașul Stassievitch a remarcat că mingea lovită de sol capătă efecte curioase, nebănuite, fiind greu de stăpînit, iar atacanții Rouyer și Platini au constatat că driblingurile în viteză sînt urmate inerent de alunecări, dezechilibrări și căzături neplăcute. Criticile fotbaliștilor francezi par a fi întemeiate, presa de specialitate notînd că toate echipele prezente la Montreal au acuzat gazonul sintetic ca fiind responsabilul principal al rănirilor, durerilor de mușchi și crampelor jucătorilor. Pe de altă parte, organizatorii și firma producătoare afirmă că jocul pe gazon sintetic este o chestiune de adaptare, dînd exemplu echipele U.R.S.S. și R.D.G., care s-au obișnuit rapid cu originala „iarbă".

## O PLACHETĂ PENTRU KOJAC!

La piscina olimpică, probele de înot se aflau în plină desfășurare. Deodată, în tribune, fără un motiv aparent, s-a produs rumoare. Privirile tuturor au părăsit bazinul și s-au îndreptat spre loji. Ce se întîmpla oare? Fără prea multă greutate, misterul a fost dezlegat. În mijlocul unei busculade făcute de curioși și admiratori, Telly Savalas, alias Kojac, încerca să-și găsească locul rezervat. Numai că prezența sa în tribune a continuat să capteze în continuare atenția majorității spectatorilor și a concurenților, rumoarea transformîndu-se curînd în gălăgie, fapt care a alarmat atît pe organizatori, cît și pe antrenori, existînd pericolul ratării concursului. În cele din urmă, un membru al Comitetului olimpic internațional a fost însărcinat să-l roage pe „Kojac" să părăsească tribuna. Victimă a propriei sale celebrități, Savalas s-a ridicat zîmbind și a plecat, urmărit de privirile spectatorilor. Pentru acest gest, municipalitatea canadiană i-a oferit ca omagiu o plachetă.

## PERFORMANȚA SPORTIVĂ ȘI PSIHOLOGIA

Doctorul Miroslav Vanek, președintele Societății internaționale de psihologie sportivă, și-a propus încă de la Olimpiada de la Melbourne din 1956 să descopere cauzele pentru care un atlet care obține performanțe bune la antrenamente nu le poate reedita în concursuri publice. Dr. Vanek a ajuns acum la concluzia că acest lucru se datorește insuficienței sau totalei lipse a pregătirii psihologice a sportivilor. La Montreal, el a verificat ipotezele sale, servindu-se de cîțiva atleți, ale căror nume nu le-a divulgat (considerîndu-le secret profesional), pe care i-a pregătit personal sub aspectul „condiției psihologice". Întrebat care au fost rezultatele acestor sportivi, dr. Vanek a declarat că absolut toți au devenit campioni olimpici. „Pregătirea psihologică a sportivului de performanță, a subliniat cercetătorul, trebuie făcută zi de zi. Deocamdată este greu să convingem pe antrenori asupra acestei necesități, dar și mai greu pe sportivi, care adesea se simt un fel de cobai la îndemîna medicilor. Oricum aceste prejudecăți trebuie părăsite, dacă se dorește obținerea unor performanțe superioare. În viitor, nici nu lot sportiv nu va putea renunța la serviciile psihologilor, dacă ține să se mențină printre fruntașe".

## COLECȚIONARII DE „AMINTIRI"

O întrecere ciudată s-a dezlănțuit pe marele stadion olimpic între „păstrătorii" de talismane și amintiri, care nu s-au dat în lături pînă la a substitui treninguri, maiouri, prosoape, uneori fîșii din echipamentul sportivilor, alte obiecte mărunte ale campionilor, scăpate o clipă din atenția acestora. Maniacii colecționari au pus în joc cele mai năstrușnice procedee pentru a intra în posesia unei asemenea „amintiri", făcînd K.O. serviciul olimpic de ordine. Spre a scăpa de acest asalt bizar, americanii și japonezii au ajuns să-și poarte echipamentul în saci speciali, prevăzuți cu sisteme de alarmă „anti-furt". Finlandezul Lase Viren, după ce a cîștigat magistral proba de 10 000 m (27'40"4) a făcut turul de onoare al stadionului, descălțat, cu pantofii în mînă. „Ce a simbolizat acest gest?" a fost el întrebat de un gazetar. „Nimic, a răspuns el. Țin prea mult la pantofii mei, ca să-i las pe marginea pistei de alergări!"

## „EXTRATERESTRUL" JUANTOREMA

Un ciudat mit s-a născut în jurul fenomenalului alergător cubanez Juantorema, după ce el a bătut recordul mondial la 800 m plat (1'43"5). Pur și simplu, el a fost declarat ființă extraterestră, un descendent al eroilor din serialul de ficțiune „Invadatorii". Dar ce a stat la baza acestei povești? Două fapte. Mai întîi fuleul său extraordinar a dat impresia unei ființe obișnuite să alerge mai curînd pe Lună decît pe Terra, apoi gestul bizar (observat de spectatori în film, la T.V. și pe fotografiile publicate de ziare) al atletului: el ține degetul mic de la mînă ridicat (semnul distinctiv al ființelor extraterestre). Comentînd aceste bizarerii, ziarul „L'Equipe" conchide: „Îndoielile nu-și au rostul. Totul demonstrează că Juantorema este un extraterestru. Vine de pe o planetă minunată unde oamenii au un zeu îmbrăcat în maieu și încălțat cu pantofi cu cuie".

## MEDALII

Din cele aproape 100 de loturi naționale prezente la Montreal, doar 41 au cucerit medalii, iar dintre acestea numai 25 au obținut medalii de aur. România se află pe locul 5 în clasamentul mondial al numărului total de medalii obținute, după U.R.S.S., S.U.A., R.D.G. și R.F.G.; pe locul 9 după categoria medaliilor și pe lo-

cul 6 după numărul de puncte, fiind cotată ca posesoare a unuia dintre cele mai puternice loturi la ultima olimpiadă.

**MEDALII OBȚINUTE DE SPORTIVII ROMÂNI LA OLIMPIADE**

| | Aur | Argint | Bronz | Total |
|---|---|---|---|---|
| Helsinki 1952 | 1 | 1 | 2 | 4 |
| Melbourne 1956 | 5 | 3 | 5 | 13 |
| Roma 1960 | 3 | 1 | 6 | 10 |
| Tokio 1964 | 2 | 4 | 6 | 12 |
| Mexico 1968 | 4 | 6 | 5 | 15 |
| München 1972 | 3 | 6 | 7 | 16 |
| Montreal 1976 | 4 | 9 | 14 | 27 |

La tabelul comparativ de mai jos care ilustrează contribuția adusă de fiecare disciplină sportivă în parte la punctajul general al sportivilor noștri la ultimele trei ediții ale Jocurilor Olimpice, adăugăm cîteva cifre care vorbesc de la sine despre saltul valoric marcat de mișcarea noastră sportivă la Montreal. În 1952, de pildă, delegația noastră acumula doar 27,5 puncte și se situa pe locul 25, iar patru ani mai tîrziu, cu 94 de puncte, ocupa locul 12. În 1960, cu 77 de puncte, România a fost clasată a zecea pentru ca în 1964, cu 94,5 puncte să fie situată pe locul 12.

| | Montreal 1976 | München 1972 | Ciudad de Mexico 1968 |
|---|---|---|---|
| GIMNASTICĂ (fete) | 45 | 1 | — |
| CAIAC-CANOE | 33 | 24 | 20 |
| LUPTE GRECO-ROMANE | 26 | 34 | 25 |
| BOX | 22 | 5 | 9 |
| LUPTE LIBERE | 10 | — | — |
| CANOTAJ ACADEMIC | 9 | 7 | — |
| GIMNASTICĂ (băieți) | 8 | — | — |
| SCRIMĂ (băieți) | 8 | 11 | 11 |
| ATLETISM (băieți) | 6 | 3 | — |
| HANDBAL (băieți) | 5 | 4 | — |
| POLO | 3 | — | — |
| HANDBAL (fete) | 3 | — | — |
| TIR | 2 | 9 | 8 |
| ATLETISM (fete) | 1 | 11 | 24 |
| SCRIMĂ (fete) | — | 4 | 4 |
| VOLEI (băieți) | — | 2 | — |
| TOTAL: | 181 | 115 | 101 |
| LOCUL ÎN CLASAMENTUL PE NAȚIUNI: | 6 | 12 | 13 |

**CLASAMENT DUPĂ NUMĂRUL TOTAL MEDALII**

| | | |
|---|---|---|
| 1. U.R.S.S. | 125 | medalii |
| 2. S.U.A. | 94 | „ |
| 3. R.D. Germană | 90 | „ |
| 4. R.F. Germania | 39 | „ |
| 5. ROMÂNIA | 27 | „ |
| 6—7. Japonia și Polonia | 25 | „ |
| 8. Bulgaria | 24 | „ |
| 9. Ungaria | 21 | „ |
| 10—12. Cuba, Italia și Marea Britanie | 13 | „ |
| 13. Canada | 11 | „ |
| 14. Franța | 9 | „ |
| 15—16. Iugoslavia, Cehoslovacia | 8 | „ |

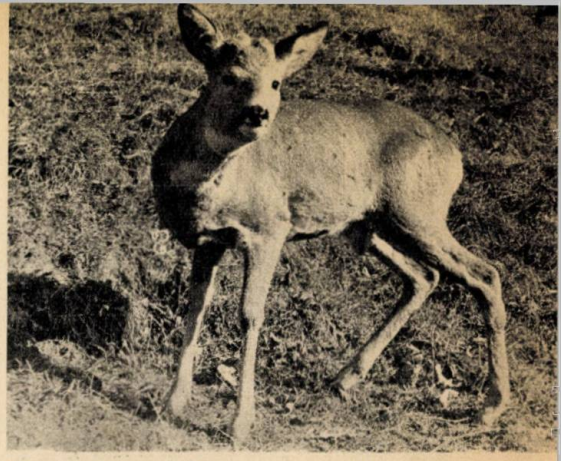
**CLASAMENT DUPĂ NUMĂRUL DE PUNCTE**

| | | |
|---|---|---|
| 1. U.R.S.S. | 791 | puncte |
| 2. R.D. Germană | 635 | „ |
| 3. S.U.A. | 607,75 | „ |
| 4. R.F. Germania | 279,15 | „ |
| 5. Polonia | 191 | „ |
| 6. ROMÂNIA | 181 | „ |
| 7. Japonia | 170 | „ |
| 8. Bulgaria | 167 | „ |
| 9. Ungaria | 155 | „ |
| 10. Canada | 107 | „ |
| 11. Italia | 102 | „ |
| 12. Marea Britanie | 92 | „ |
| 13. Cuba | 88 | „ |
| 14. Cehoslovacia | 75 | „ |
| 15. Franța | 67,25 | „ |
| 16. Finlanda | 56 | „ |
| 17. Iugoslavia | 56 | „ |
| 18. Suedia | 54 | „ |
| etc. | | |

**CLASAMENT DUPĂ CATEGORIA MEDALIILOR**

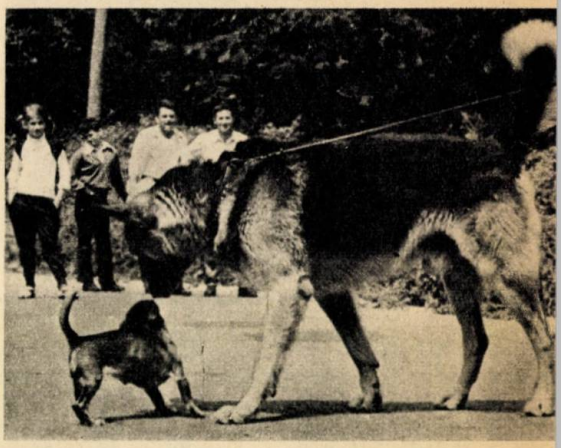
| | aur | argint | bronz |
|---|---|---|---|
| 1. U.R.S.S. | 47 | 43 | 35 |
| 2. R.D.G. | 40 | 25 | 25 |
| 3. S.U.A. | 34 | 35 | 25 |
| 4. R.F.G. | 10 | 12 | 17 |
| 5. Japonia | 9 | 6 | 10 |
| 6. Polonia | 8 | 6 | 11 |
| 7. Bulgaria | 7 | 8 | 9 |
| 8. Cuba | 6 | 4 | 3 |
| 9. ROMÂNIA | 4 | 9 | 14 |
| 10. Ungaria | 4 | 5 | 12 |
| 11. Finlanda | 4 | 2 | 0 |
| 12. Suedia | 4 | 1 | 0 |
| 13. Marea Britanie | 3 | 5 | 5 |
| 14. Italia | 2 | 7 | 4 |
| 15. Iugoslavia | 2 | 3 | 3 |
| 16. Franța | 2 | 2 | 5 |
| 17. Cehoslovacia | 2 | 2 | 4 |
| 18. Noua Zeelandă | 2 | 1 | 1 |
| etc. | | | |

„Înfometaţii"
Prof. GHEORGHE BODROGI, Cluj-Napoca



Graţie şi gingăşie
IOAN NĂDIŞAN, Baia Mare

„Să facem cunoştinţă"
VIORICA HOLBAN, Bucureşti



## FOTOGRAFIILE CITITORILOR NOŞTRI

„Moş Martin zîmbeşte"
ŞTEFAN SZABO Cluj-Napoca

Zimbri din rezervaţia de lîngă Mănăstirea Neamţ
CLAUDIU POPA, Iaşi

# RECORDURI

• *81 DE STRIDII (scoase din carapace) înghițite în 15 minute. Acesta-i recordul stabilit de William Corfield la 6 septembrie 1969 la Somerset (Anglia).*

• *SINGURUL OM DIN LUME care a reușit să treacă peste cascada Niagara, plimbîndu-se pe o sîrmă întinsă între cele două maluri a fost francezul Charles Bondin (1824—1897). Această neobișnuită ispravă a avut loc la 30 iulie 1855.*

• *LA 10 APRILIE 1974, a intrat în rîndul campionilor și Steve Street din Edmonton (Anglia). În numai 39 de minute el a consumat 40 de sanvișuri cu pîine, gem și unt (mărimea unui sanviș: 15× 10×1,27 cm).*

• *LESLIE COLE a fost cooptat și el în rîndul recordmenilor originali. La 13 aprilie 1971, la Gloucestershire (Anglia) el a consumat o jumătate de kilogram de țipar (gătit) în 43 de secunde.*

• *UN RECORD VECHI, din 21 octombrie 1918, aparține lui Margaret Owen din New York. Pe o mașină de scris Underwood Standard, ea a bătut în 60 de secunde 170 de cuvinte (fără nici o greșală).*

• *RECORDURILE DE DURATA IN PRIVINȚA ZBORULUI CU AVIONUL este deținut de Robert Timm și John Cook (cu un avion Cessna 172) care au zburat timp de 64 de zile, 22 ore, 19 minute și 5 secunde (fiind aprovizionați în aer). Evenimentul s-a produs între 4 decembrie 1958 — 7 februarie 1959, în S.U.A.*

• *RECORDUL DE ALTITUDINE al unui zbor cu avionul aparține pilotului sovietic Al. Fedotov care, la 25 iulie 1973 pe bordul unui avion E-266 (MIG-25) a atins înălțimea de 36,225 kilometri.*

• *FIRMA BRITANICĂ „British Ropes Ltd." din Docaster a realizat cel mai lung fir de sîrmă. El măsura 15,551 kilometri și cîntărea 31,5 tone.*

• *HENRY EDWARD YELDING este campionul celor care au folosit cele mai înalte picioroange (catalige). La Great Yarmouth (Anglia) el a „umblat" cu niște catalige înalte de 6,3 metri.*

• *ELEVUL (în vîrstă de 11 ani) Greg Ruddue, din San Geronimo Valley (S.U.A.) a stabilit și el un record. Avionul său, realizat din hîrtie, a planat pe o distanță de un kilometru și 20 de centimetri.*

• *FRANCEZUL Sylvain Dornon deține un original record. În anul... 1891 el a parcurs distanța dintre Paris și Moscova cu ajutorul unor picioroange (catalige). I-au fost necesare în acest scop 58 de zile.*

• *RECORDUL LUI JOHN PAPA din New York: dintr-o țigară de format normal, el a reușit să realizeze 140 de fumuri (8 mai 1974)*

• *59,2 DE SECUNDE. Atîta i-au fost necesare lui Chris Ambrose din Clerkenwell (Anglia) pentru a consuma 100 de alune americane. (Record stabilit la 3 aprilie 1973).*

• *CEA MAI LUNGĂ PLIMBARE PE SIRMĂ a fost realizată de francezul Henri Rochetain. La 13 iulie 1969, la Clermont Ferrand el s-a plimbat pe o sîrmă lungă de 3 790 yards (1 yard — 91,5 cm). I-au fost necesare 3 ore și 50 de minute.*

• *CROITORUL BUD MACKEN DIN MASCOT (Australia) este autorul unui record greu de egalat. În numai o oră, 52 de minute și 18 secunde, el a terminat croitul și cusutul unui costum bărbătesc (haină și pantalon).*

• *POATE APARE CURIOS, dar există și un record al... brancardierilor. Este cel deținut de patru cetățeni din Gagetown (Canada) care au transportat un „rănit" (cu o greutate de 64 kg) pe o distanță de 10 kilometri în 21 de ore și 15 minute.*

• *Campionul nituitorilor este J. Moir din Belfast (Irlanda). În luna iunie 1918, el a reușit să realizeze 11 209 nituri în numai 9 ore.*

• *37,140 KILOMETRI. Acesta-i recordul de înălțime realizat de un balon pilotat la 1 februarie 1966 de Nicholas Piantanida la New Jersey (S.U.A.).*

• *CAMPIONUL MINCATORILOR DE SPAGHETTI este Mike Aprile. La 18 aprilie 1974, la Tampa (S.U.A.), el a consumat 288 yards (1 yard — 91 cm) de spaghetti, (gătite) avînd o greutate de 3 kilograme.*

• *TIMP DE 185 DE ZILE ȘI NOPȚI echilibristul Henri Rochetain (Franța) s-a plimbat (bineînțeles cu pauzele respective) pe o sîrmă lungă de 118 metri ridicată la o înălțime de aproape 3 metri, instalată la St. Etienne (28 martie — 29 septembrie 1973). În această perioadă el a parcurs peste 500 de kilometri.*

• *EXISTĂ ȘI UN RECORDMEN AL ÎNGHIȚITORILOR DE PRUNE USCATE. Autorul, Dave Man din Eastbourg, (Anglia) a reușit la 16 iunie 1971 să înghită într-un răstimp de 105 secunde un număr de 130 prune uscate.*

*(Din „Guinness Book of World Records — 1975")*

RECORDURI

**Prof. MARIAN FIRIMIȚĂ vă recomandă**

# EXERCIȚII TEST PENTRU MENȚINEREA SĂNĂTĂȚII

Tot mai numeroși sînt cei ce practică azi, într-o formă sau alta, exercițiile fizice, conștienți fiind de influența lor binefăcătoare asupra organismului. În acest scop sînt editate numeroase lucrări de specialitate, fiind un ajutor prețios pentru noi toți. Posibilitățile de practicare a culturii fizice îmbracă multiple forme ca: gimnastica de înviorare, gimnastica igienică practicată în asociațiile sportive, gimnastica medicală etc.

Exercițiile fizice pot fi practicate din fragedă copilărie și continuate toată viața ținînd cont de vîrstă, sex, sănătate, în funcție de potențialul fizic al fiecăruia.

Exercițiile test pe care le recomandăm le pot face toți doritorii pînă la 60 de ani, indiferent de sex. Ele ne dau posibilitatea de a verifica stadiul de dezvoltare a organismului, atît în ceea ce privește calitățile motrice, fizice, cît și al mobilității articulare și al supleței. Exercițiile pot fi experimentate numai de cei sănătoși deoarece solicită un efort mare. Sînt contraindicate pentru cei cu afecțiuni cardiovasculare, insuficiențe respiratorii, discopatii și hernii de disc etc.

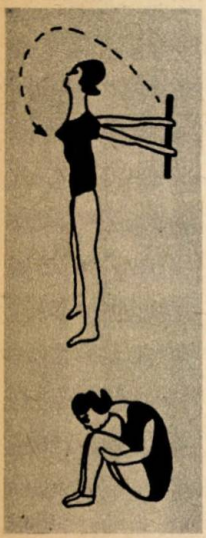
Efectuarea acestui test se va face numai după o prealabilă încălzire de 10—12 minute a întregului organism, prin exerciții ușoare, evitînd unele traumatisme nedorite.

Testul constă în executarea a 5 exerciții cuprinse într-o serie. Pentru fiecare execuție corectă vă veți acorda un punct. Sperăm să fiți foarte exigenți cu dumneavoastră înșivă. Numai după ce ați obținut 5 puncte cu ușurință și de mai multe ori, veți putea trece la următoarea serie de exerciții test pe care vi le recomandăm. Ceilalți vor continua să se antreneze cu ambiție învingînd orice dificultate pentru a obține punctajul maxim și dreptul de a continua seria exercițiilor test.

După ce veți trece și de ultimul test abia atunci puteți spune că organismul se află într-un stadiu bun de dezvoltare fizică, iar ceea ce ați dobîndit va trebui să mențineți tot prin practicarea exercițiilor fizice.

Vă dorim succes.

## 1



**EXERCIȚIUL 1** — Stînd cu bastonul în față. Ridicarea brațelor întinse prin înainte sus și trecerea bastonului la spate. Revenire în poziția de plecare. Execuția se face cu brațele perfect întinse și fără a desface degetele de pe baston. Exercițiul se repetă de 5 ori și testează mobilitatea scapulo-humerală și elasticitatea mușchilor respectivi.

**EXERCIȚIUL 2** —Culcat pe spate, cu brațele pe lîngă corp și picioarele îndoite. Ridicarea trunchiului în șezînd și așezarea frunții pe genunchi cu menținerea 3 secunde fără a sprijini palmele pe podea. Revenire în culcat pe spate. Se repetă de 3 ori. Exercițiul testează forța mușchilor abdominali, mobilitatea coloanei vertebrale și a articulațiilor coxo-femurale.

**EXERCIȚIUL 3** — Stînd depărtat cu mîinile încrucișate la piept. Flexia trunchiului cu așezarea coatelor pe podea menținute 3 secunde. Revenire în poziția de plecare. Se repetă de 5 ori. Prin acest exercițiu testăm mobilitatea coloanei vertebrale, forța și elasticitatea întregii musculaturi posterioare.

**EXERCIȚIUL 4** — Culcat cu fața în jos, brațele pe lîngă corp. Prinderea simultană a gleznelor cu mîinile, făcînd extensia corpului fără a depărta genunchii. Revenire în poziția de plecare. Se repetă de 5 ori. Și acest exercițiu testează mobilitatea coloanei vertebrale, a articulațiilor coxo-femurale și elasticitatea musculaturii.

**EXERCIȚIUL 5** — Culcat pe spate, brațele pe lîngă corp. Ridicarea picioarelor întinse și ducerea lor peste cap atingînd solul cu menținere 3 secunde. Revenire lentă în poziția de plecare. Se repetă de 10 ori. Exercițiul testează pe lîngă mobilitatea coloanei vertebrale, forța mușchilor abdominali și elasticitatea musculaturii dorsale.

## 2

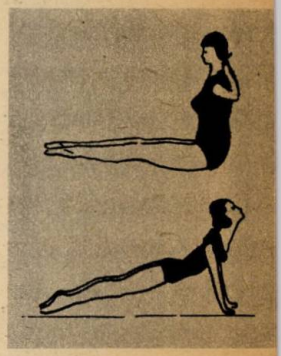
EXERCIȚIUL 1. Stînd cu bastonul la spate ținut cu mîinile răsucite (degetele orientate înainte). Trecerea bastonului peste cap în față cu coatele bine întinse ; Corpul drept și fără a desprinde degetele de pe baston. Revenire în poziția de plecare în aceleași condiții. Se repetă de 5 ori. Testăm mobilitatea centurii scapulo-humerale și elasticitatea musculară.

EXERCIŢIUL 2. Culcat pe spate, cu braţele pe lîngă corp. Ghemuirea corpului cu atingerea **genunchilor cu fruntea, menţinînd 3 secunde** poziţia. Revenire în poziţia de plecare. Se repetă de 5 ori. Testăm mobilitatea întregului corp.

EXERCIŢIUL 3. **Stînd. Flexia trunchiului cu genunchii întinşi şi aşezînd** palmele pe sol în faţa picioarelor timp de 3 secunde. Se repetă de 5 ori. Exerciţiul testează mobilitatea coloanei vertebrale şi elasticitatea musculaturii posterioare.

EXERCIŢIUL 4. Culcat pe spate, cu palmele la ceafă. Ridicarea trunchiului în şezînd cu spatele drept şi coatele trase înapoi. Revenire în poziţia iniţială. În timpul mişcării nu se ridică călcîiele de pe sol şi nu se îndoaie genunchii. Se repetă de 5 ori. Exerciţiul testează echilibrul dintre forţa muşchilor antero-posteriori.

EXERCIŢIUL 5. Culcat cu faţa în jos, palmele pe sol sub umeri. Flotări (întinderea şi îndoirea braţelor păstrînd corpul drept). Nu se admite ridicarea separată a şezutei sau trunchiului, ci simultan. De asemenea pieptul nu se aşează pe sol după fiecare flotare, ci doar atinge uşor solul. Se repetă de 10 ori. Testăm forţa centurii scapulo-humerale şi cea dorsală.



## 3

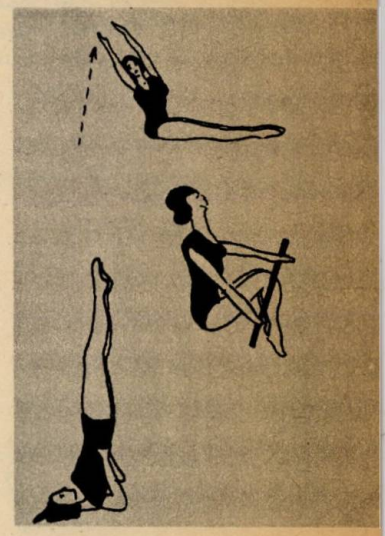
EXERCIŢIUL 1. **Stînd depărtat.** Ducerea braţului stîng la spate peste umărul stîng, iar dreptul pe sub umărul drept, cu încleştarea degetelor la nivelul omoplaţilor. Se menţine poziţia 3 secunde, apoi se repetă înversînd poziţia braţelor. Se repetă de 3 ori pe fiecare parte. Testăm mobilitatea şi elasticitatea musculaturii centurii scapulo-humerale.

EXERCIŢIUL 2. Stînd. Flexia trunchiului atingînd genunchii cu fruntea, gleznele prinse cu mîinile menţinute 3 secunde. Se repetă de 5 ori. Exerciţiul testează mobilitatea coloanei vertebrale.

EXERCIŢIUL 3. Culcat pe spate, cu mîinile întinse în prelungirea corpului. Ridicarea trunchiului în şezut, cu spatele drept fără a ridica picioarele de pe podea. Revenire în culcat. Se repetă de 5 ori. Testăm forţa muşchilor abdominali, dorsali şi ai membrelor superioare.

EXERCIŢIUL 4. Întreg, şezînd cu bastonul în faţă. Trecerea simultană a picioarelor peste baston, fără să atingem bastonul cu tălpile, cu întinderea lor pe sol. Scoaterea picioarelor la fel. Spatele se ţine drept tot timpul. Se repetă de 10 ori. Testăm mobilitatea lombară.

EXERCIŢIUL 5. Culcat pe spate, cu mîinile pe lîngă corp. Ridicarea picioarelor întinse la verticală şi apoi cu ajutorul mîinilor în luminare. Se menţine poziţia 3 secunde, apoi se revine lent în poziţia de plecare. Se repetă de 5 ori. Testăm mobilitatea corpului şi forţa muşchilor antero-posteriori.



## 4

EXERCIŢIUL 1. Stînd cu spatele rezemat de perete. Flexia lentă a trunchiului atingînd cu degetele de podea lîngă picioare. Revenire în stînd fără ajutor. Se repetă de 5 ori. Precizăm că picioarele trebuie să fie apropiate, genunchii întinşi şi călcîiele lipite de perete. Exerciţiul testează în special echilibrul dintre forţa muşchilor antero-posteriori ai corpului.

EXERCIŢIUL 2. Culcat cu faţa în jos, bastonul ţinut la spate. Extensia trunchiului ridicînd bastonul şi atingînd cu tălpile de el timp de 3 secunde. Se repetă de 10 ori. Testează mobilitatea corpului.

EXERCIŢIUL 3. Culcat pe spate. Ridicarea trunchiului şi a picioarelor în echer menţinut 3 secunde. Se repetă de 5 ori. Testăm echilibrul dintre forţa muşchilor abdominali şi dorsali.

EXERCIŢIUL 4. Stînd cu bastonul în faţă. Trecerea alternativă a picioarelor peste baston şi apoi scoaterea lor cu trunchiul drept şi fără a atinge cu tălpile bastonul. Se execută de 5 ori. Exerciţiul testează mobilitatea coxo-femurală.

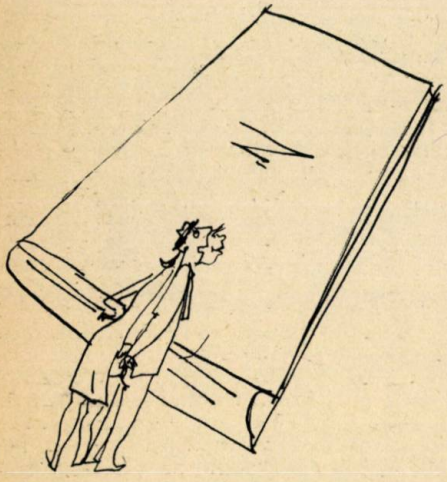
EXERCIŢIUL 5. Culcat pe spate, cu picioarele îndoite şi palmele la ceafă. Ridicarea trunchiului în şezînd cu spatele drept fără a ridica tălpile de pe podea. Revenire pe spate. Se repetă de 5 ori. Exerciţiul testează echilibrul dintre forţa muşchilor abdominali şi dorsali.

# CEL MAI...

• *Cele mai reci mări sînt mările antarctice Ross și Weddell. Vreme îndelungată temperatura apei lor este sub zero grade. Cea mai caldă este Marea Roșie, unde apa are temperatura de plus 32 grade, iar cea mai sărată este Marea Mediterană.*

• *Războiul de 100 de ani nu a fost cel mai lung din istoria omenirii. Se știe că spaniolii au luptat contra indienilor din Chili vreme mai îndelungată, începînd din 1535 pînă în 1722, deci 187 ani.*

• *Cea mai mare carte din lume se află într-un muzeu din Amsterdam (Olanda). Ea se numește „Culegere de reguli marine". Înălțimea sa este egală cu cea a unui om de statură mijlocie, lățimea este de 1 m, iar grosimea de aproape o jumătate de metru.*



• *Cel mai mare atlas se păstrează în Biblioteca de stat din Berlin. El cîntărește aproape 250 kg., avînd dimensiunile de 1,70×2,20 m. Acest exemplar rar permite vizitatorilor de a cunoaște arta cartografică a secolului al XVII-lea.*

• *Cel mai cumplit cutremur a avut loc la 23 ianuarie 1556 în districtul Șansi din China, provocînd moartea a 830 000 de oameni.*

• *Cel mai mare vulcan din lume se află în Japonia, în insula Kiu Șiu și se numește Aso. Lungimea craterului său este de 23 km, lățimea de 14 km și adîncimea de 500 m.*

• *Dintre toate viețuitoarele pămîntului, muștele, melcii și stelele de mare sînt lipsite cu desăvîrșire de auz.*

• *Cel mai prețios fildeș este cornul de rinocer.*

• *Cea mai mare grindină a căzut în 1929 în India. Cîteva din „pietrele" acestei grindine cîntăreau 1 kg.*

• *Cel mai vechi ceas din lume care s-a păstrat pînă în zilele noastre, a fost creat în 1386. El se află în Catedrala din Salisbury (Anglia).*

• *În muzeul orașului Ankara (Turcia) se păstrează o scrisoare, a cărei lungime este de 9 m și lățimea de 7 m. Aceasta este cea mai lungă scrisoare din lume.*

• *Cel mai mare triciclu din lume a fost produs în anul 1895 în S.U.A. Acest mijloc de locomoție avea un diametru de 3,3 m și cîntărea 906 kg.*

• *Cele mai mari lăcăte din lume sînt produse de firma J.E. Reynolds din Willenhall (Anglia). Modelul ERA nr. 1212 — de exemplu — cîntărește 45,300 kg.*

• *Cea mai lungă conductă din lume pentru gaze naturale se află în Canada: Transcanada are o lungime de 5,654 mile (1 milă — 1610 m) iar diametrul ei este de 1,07 metri.*

# CEA MAI...

# ANUL NOU DE PRETUTINDENI

*● Obiceiuri şi datini din toată lumea ● Iarna, primăvara sau în alt anotimp ? ● Plugul şi întîia brazdă a anului ● Ospăţul neasemuit.*

**După cum calendarele s-au schimbat de la o zonă geografică la alta şi de la o epocă la alta, sărbătoarea Anului Nou nu a fost şi nici nu a rămas pretutindeni sărbătorită la fel. Prima zi a anului depinde şi de clima locală, şi de tradiţiile etnografice şi folclorice, de datini şi de concepţia particulară despre lume a filosofiei populare sau naţionale dintr-un loc al planetei la altul.**

MULTE DINTRE POPOARELE ANTICHITĂŢII îşi începeau anul odată cu primăvara, deci cu fenomenul cel mai spectaculos al naturii ; trezirea integrală a vegetaţiei. În China străveche sau mai tîrziu în Imperiul Roman, de regulă în ziua echinoxului de primăvară, împăratul trăgea cu plugul prima brazdă pe ogor. În mai vechea Mesopotamie, anul se socotise început multă vreme de la echinoxul de toamnă, iar apoi babilonienii au reales pe cel de primăvară, folosindu-se de renaşterea naturii ca de un dublu simbol ce ar fi urmat să amintească, după mitologie, aşazisa a doua creaţie a lumii şi deci, în cadrul serbărilor de Anul Nou, marele preot babilonian recita binecunoscutul poem mitologic al creaţiei „Enuma Elish". Pentru egiptenii care serbau misterele reînvierii lui Osiris, anul cel nou începea odată cu anotimpul Ahet, din prima zi a revărsării fertilizatoare a Nilului. Noul an era sărbătorit în China antică de obicei la 3 februarie, iar la Roma (Idele lui Marte) la 15 martie, diferenţele fiind dictate de condiţiile geoclimatice.

EXISTĂ ÎN MAI MULTE ZONE EUROPENE obiceiul de a se atîrna deasupra uşii, de Anul Nou, o crenguţă de vîsc ; originea tradiţiei se pare că se poate regăsi în anumite ritualuri celtice şi germanice (druizii gali retezau în noaptea cu lună plină a Anului lor nou vîscul, sau „creanga de aur", de pe trunchiul stejarului sacru). Iar Anul nou pentru mai multe popoare ale Americii precolumbiene era marcat de reaprinderea focului viu, reînnoit anual.

LA POPOARELE MODERNE tradiţiile de sărbătoare anuală marcînd reîmprospătarea periodică a calendarului nu mai au semnificaţii rituale, elementul religios străvechi dispărînd de mult. Totuşi dacă unele obiceiuri, pe care cei ce le practică nu le mai pot explica fără să recerceteze datele istoriei, se mai menţin, este fiindcă oamenilor le place fastul spectacular al înnoirii anului, ca motiv de bilanţ pentru anul scurs şi de perspective pentru anul care începe. Iarăşi, după loc geografic şi după firea fiecărui popor, sărbătorirea Anului Nou nu are pretutindeni nici acelaşi caracter, nici aceeaşi intensitate.

*Vînzarea de crapi vii de Anul Nou pe străzile Bratislavei*

● În **Anglia**, Anul Nou nu se serbează zgomotos şi familiile nu-şi fac invitaţii sau vizite reciproce organizate ; dar o lege nescrisă îngăduie oricui să se ducă în această noapte în vizită în orice casă, chiar la necunoscuţi, şi poate fi sigur că va fi bine primit ; atîta doar, că oricare oaspete este obligat să aducă un cărbune pe care să-l arunce în vatra sau în focul căminului gazdelor, urînd acestora ca focul în casa lor să lumineze necontenit.

● De multă vreme, la Viena, monetăria **Austriei**, bate o medalie comemorativă pentru fiecare an nou, ca semn de belşug, aversul medaliei purtînd imaginea unui copil călare pe un porc.

● În **Birmania** se serbează Anul Nou în ziua cea mai caldă a anului, cînd, după tradiţie, oamenii aruncă apă abundentă unii asupra altora, dar în ziua aceea, cînd revărsarea de ape e un simbol de fertilitate, nimeni nu se supără că i s-au udat hainele.

*Dans ritual de Anul Nou din India*

● În **Bulgaria,** cînd ceasornicul arată miezul nopții, în case se stinge lumina și toată lumea se sărută pe întuneric ; iar în plăcinta festivă gospodinele ascund mici surprize pentru toți mesenii, fiecare mic dar, nerepetat, avîndu-și propriul simbol : cine găsește un ban, va fi... bogat, cine găsește un boboc de trandafir, va fi fericit în dragoste și așa mai departe.

● În **Cehoslovacia** și mai cu seamă în Slovacia apuseană nici o masă de Anul Nou nu poate fi lipsită de un crap, și de aceea străzile din preajma sărbătorii sînt pline de vînzători de crapi, care sînt serviți direct din butoaiele cu apă. În aceeași țară, darurile primite de Anul Nou pot fi schimbate, în zilele următoare, la magazine — potrivit unei nostime tradiții — dacă îi par beneficiarului necorespunzătoare.

● Una din regulile absolute ale Anului Nou în **China** este ca masa festivă să fie neapărat împodobită cu narcise proaspete.

● În **Etiopia,** începutul anului se sărbătorește la mijlocul lui septembrie, cînd este și sărbătoarea recoltei și cînd locuitorii se adună la marginea orașelor și satelor, fiecare aducînd cu sine o legătură de crengi uscate pe care o adaugă unui soi ciudat de stog comun ; sosirea Anului Nou e marcată de incendierea simbolică a stogului de uscături, iar în jurul flăcărilor lumea cîntă și dansează.

● Fetele din **Finlanda** în noaptea Anului Nou aruncă peste umăr o gheată, crezînd că dacă gheata cade cu vîrful spre ușă e semn de nuntă ; finlandezii pun din ajun pe mese darurile festive, însă le acoperă cu strachini răsturnate.

● Datinele și obiceiurile noastre din **ROMÂNIA** ne sînt prea bine cunoscute și prea dragi, ca să le mai descriem ; le-au descris cu artă scriitori clasici ca Ion Creangă, le pun în valoare numeroasele grupuri folclorice. Să nu uităm însă că Plugușorul este o scumpă reminiscență a obiceiurilor romane din Idele lui Marte, și de fapt împăratul Traian însuși „bădica Troian", e pomenit cu venerație în toate variantele Plugușoarelor populare. De la festivitățile Anului Nou românesc sînt nelipsite talăngile plugarilor și sunetul vibrant al buhaiului care vestesc începutul anului, după cum sînt nelipsite elementele plastice și de teatru popular, cum ar fi capra, vasilca, sorcova, splendidele măști folclorice românești din Maramureș, ori spectacolul dramatic al Irozilor din diferite zone ale țării. O trăsătură generală este marea bucurie a ospitalității românilor față de colindători și urători.

*Urători cu Plugușorul*

● Un obicei tradițional din **Guineea** se manifestă prin plimbarea organizată pe străzi a elefanților ; se alcătuiesc cortegii de dansatori și cîntăreți, care merg după masivele animale.

● Un admirabil obicei străvechi îl are **India,** unde de Anul Nou nimeni nu are voie să fie... rău, irascibil sau măcar supărat, întrucît se crede că omul va fi tot anul așa cum a fost în prima lui zi.

● În **Iran,** ca și odinioară, Anul Nou este sărbătoarea primăverii, festivitățile durînd o săptămînă ; atunci, capul fami-

liei dăruiește haine noi tuturor celor din casă, iar de pe mesele festive nu pot lipsi grîul încolțit, usturoiul, oțetul și zeama spicelor tinere, ca și o farfurie în care plutesc frunze verzi ; adesea, pe aceeași masă se pun cupe în care înoată peștișori vii. Ca să întîmpine Anul Nou, oamenii ies pe străzi aprinzînd focuri și sărind peste flăcări, iar sătenii adesea sparg vesela veche de lut din gospodărie ; o superstiție îi face pe iranieni să țină în mînă, la miezul nopții de Anul Nou, o monedă de argint, care ar feri omul de despărțirea de familie sau de locurile natale.

● Un obicei amuzant și nu prea, îl au italienii, căci adesea în **Italia** oamenii **aruncă de Anul Nou în** stradă, uneori chiar de sus de la ferestre, toate vechiturile inutile, farfuriile crăpate, mobilele stricate, din credința că asta va aduce noroc și belșug în casă.

● Talismanul de an nou din **Sudan** este o nucă încă verde, necoaptă, după cum urarea cea mai bună de noroc este urarea de a găsi această nucă crudă.

● În **Ungaria**, masa festivă nelipsită de purcel (care poate fi de lapte, dar și de... ciocolată), nu acceptă de Anul Nou nici o pasăre gătită, ca să nu zboare norocul din casă ; la țară, decurg mici spectacole de teatru popular în travestiuri : flăcăii îmbrăcîndu-se ca fetele, iar fetele ca flăcăii. Una din gustările simbolice festive este usturoiul cu miere.

● În **U.R.S.S.**, în afară de tradițiile locale, caracteristice republicilor și regiunilor autonome naționale, s-a statornicit tradiția carnavalului de Anul Nou, a brazilor împodobiți și iluminați pe străzi și în locuințe, a lui Moș Gerilă, a Albei-ca-zăpada, a darurilor festive.

● În **Vietnam** oamenii își dăruiesc unii altora, de Anul Nou, crenguțe îmbobocite de piersic ; se împodobesc pomi, dar pomul festiv nu e bineînțeles bradul, ci mandarinul. Sărbătoarea e petrecută în fața focului din vatră, oamenii povestindu-și feluri te întîmplări deosebite din viață, și fiecare se consideră îmbătrînit cu un an acum, și nu de ziua nașterii sale.

**V. NEAMȚU**

# ÎNTÎMPLĂRI ADEVĂRATE DIN VIAȚA OAMENILOR DE ȘTIINȚĂ

**Nu-mi răscoliți biblioteca !**

Savantul medic și chimist german **Paul Ehrlich** (1854—1915), laureat al Premiului Nobel, în 1908, pentru descoperirea salvarsanului, încărcat de treburi, obișnuia să-și trimită sieși prin poștă cărți poștale, spre a-și aminti ce are de făcut. Nu era un uituc, dar activitatea supraîncărcată a sa nu suporta imixtiunea treburilor secundare. Astfel, nu admitea nimănui și îndeosebi femeii sale de serviciu să-i umble prin cărți și să le deranjeze aparenta dezordine (care era pentru el ordine memorată perfect) a bibliotecii pe care el însuși o numea „raiul șoarecilor". Astfel, odată se zice că i-a spus femeii de serviciu :

— Să nu pui mîna pe nici o carte, pentru că am pus otravă printre filele cărților.

— Bine, zise femeia, dar cum faceți dumneavoastră, domnule profesor, să nu vă otrăviți ?

— A, să n-ai nici o grijă, zise el, eu am luat un antidot.

**Cea mai costisitoare greșeală de punctuație**

Firește, nici o eroare de punctuație nu e plăcută, însă nu totdeauna asemenea greșeli sînt dezastruoase. Și totuși o greșeală de punctuație din Statele Unite ale Americii, făcută în 1962, a costat 18 milioane dolari. Din cauza scăpării unui simplu semn din programul pentru un calculator electronic, zborul unei rachete cosmice spre planeta Venus a trebuit să fie anulat.

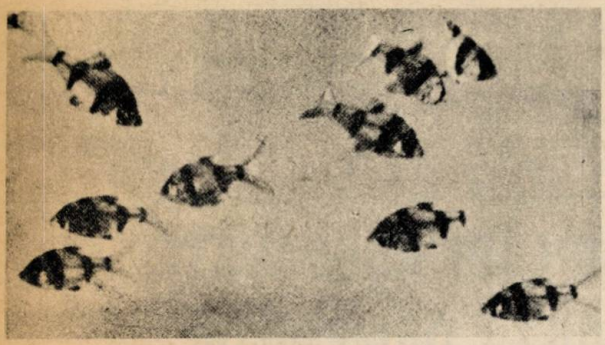
**De ce e nevoie de medici ?**

În prezența vestitului medic german Sauerbruch, o doamnă oarecare a întrebat :

— De ce mai este nevoie de atîția medici, cînd există o atît de bogată literatură medicală tipărită la îndemîna oricui ?

— Ar trebui să fiți foarte prudentă, stimată doamnă, interveni medicul surîzînd. Nu cumva să se întîmple să muriți din cauza unei greșeli de tipar !

# MICA ISTORIE A ACVARISTICII



*În 1750, doamna de Pompadour adaugă celebrității sale un amănunt categorisit de contemporani drept excentricitate. Într-un splendid vas sferic de porțelan chinezesc, ea creștea o pereche de carași aurii din Orient, ale căror unduiri sclipitoare umpleau de uimire pe Quenstin de la Tour, pictorul care avea să lase Louvrului acel celebru pastel, înfățișînd pe marchiză, dar și pe ceilalți artiști și literați, care frecventau palatul favoritei lui Ludovic al XV-lea. Savanții vremii, prea puțin obișniți să studieze pe viu peștii, se considerau privilegiați dacă li se permitea să privească micul acvariu.*

*În secolul al XVIII-lea, acvariile de porțelan chinezesc constituiau unul dintre articolele cele mai bănoase vîndute pe piețele continentului, în special cele din Franța, Spania, Portugalia și Austria, de către Compania franco-indiană. De pildă, vasul chinezesc cu carașii aurii al lui Nicolae Mavrogheni, domnul Țării Românești, valora, în 1786, cît o moșie. Mavrogheni, tip extravagant, înfățișat de altfel, într-un desen contemporan, atribuit lui Paul Pitrisch, plimbîndu-se într-o caretă trasă de doi cerbi, își făcea nume de faimă din achiziția sa.*

*Multă vreme, în lumea științifică, doamna de Pompadour a fost considerată ca precursoare a acvaristicii. Apreciere neconfirmată însă de cercetările moderne, care au scos la iveală o serie de amănunte elocvente privind istoricul acestei îndeletniciri umane, expresie a dragostei omului pentru natură, pentru satisfacerea setei sale de cunoaștere a lumii care îl înconjoară. Astfel, mai multe vase și desene pe piatră descoperite în Egipt de către arheologi, ca și numeroase bazine din piatră, dovedesc că, pe malurile Nilului, oamenii obișnuiau, cu 6 000 de ani în urmă, să păstreze în locuințele lor, pentru plăcerea estetică, specii de pești ornamentali. Probabil, preocuparea pentru creșterea peștilor ornamentali era foarte răspîndită în antichitate, bazine, piscine și vivarii descoperindu-se la Pompei, la Roma, în Gallia, chiar și la Sarmizegetusa. O adevărată frenezie a creșterii peștilor în acvarii a existat însă în China antică, această ocupație datînd de multe mii de ani, rezultatul ei fiind crearea unor nenumărate varietăți de carași aurii, unele aproape ireal de frumoase. În mod cu totul enigmatic, aceleași preocupări vor fi găsite în secolul al XVI-lea de către conchistadorii spanioli, la aztecі. Aceștia țineau în vase speciale de porțelan, peștișori colorați. Mai mult, chiar lîngă palatul lui Montezuma era amenajat un mare acvariu în aer liber, considerat pînă acum a fi cel mai vechi din lume.*

*Cu toate acestea, acvaristica, ca disciplină științifică, a luat naștere abia spre sfîrșitul secolului al XVIII-lea. La crearea ei au concurat numeroși savanți, printre care Swammerdam, Leeuwenhoek, Réaumur, Schäfer, Trembley, Priestley, Spallanzani, Humboldt, Provençal, Ingenhouse.*

*În 1841, S.H. Ward produce o mare senzație în lumea științifică, demonstrînd că în natură există un echilibru ecologic. Pentru experiența sa a folosit un bazin, populat cu plante acvatice și pești, în care apa a rămas limpede timp îndelungat. Ulterior, Johnston (1842) și Warrington (1850) au elaborat teorii ale echilibrului ecologic, utilizînd de asemenea în experiențele lor bazine cu plante și pești. Tot în anul 1850 apare și termenul de aqvarium, dat de naturalistul Ph. H. Gosse, care a amenajat în Grădina zoologică din Londra primul bazin populat cu pești marini, în care apa se menținea curată nu prin schimbarea ei continuă, ca în trecut, ci prin menținerea echilibrului și schimbului de gaze între vietățile care populau spațiul respectiv. În decurs de cîteva decenii, acvaristica modernă, accesibilă maselor, se răspîndește în întreaga lume.*

*În țara noastră, acvaristica modernă a luat naștere spre sfîrșitul secolului trecut, datorită savantului Grigore Antipa (ale cărui lucrări despre flora acvaristică și fauna piscicolă au dat impuls preocupării pentru creșterea în bazine a speciilor ornamentale din apele României), precum și marelui naturalist Ioan Borcea, creatorul Stațiunii de cercetări marine de la Agigea. Acvariile publice, constituie după ce de ul doilea război mondial, expozițiile permanente de pești, existente la București, marchează amploarea acvaristicii din ultimii ani. O statistică neoficială este, de altfel, destul de elocventă. S-a calculat, de pildă că, numai în Capitală există cel puțin 100 000 de acvariști amatori, precum și cîteva sute de crescători profesioniști de pești ornamentali.*

**GH. BRĂTESCU**

de OLIMPIA ȘTEFĂNESCU

• Revelionul nu-i așa departe ; știți, probabil, unde, cu cine și cum îl veți petrece. Poate vă putem totuși sugera și noi o idee ? Întoarceți foile pînă la pag. 170... • Ce după amiază urîtă ! Ce ați putea face să vă treacă timpul mai plăcut și cu folos ? Ce părere ați avea dacă ați încerca să înfrumusețați camera copilului, s-o faceți mai confortabilă ? (pagina 176) • Ați trecut de vîrsta adolescenței și nici acum nu vi se pare că vă cunoașteți cu adevărat. Testul nostru de la pagina 178 v-ar putea totuși ajuta. În același timp v-ar amuza. • Garnitura dv. de fotolii s-a uzat. Ați vrea s-o înnoiți, dar nu oricum ci mai deosebit, mai cochet și bineînțeles mai convenabil. În mozaicul de sfaturi practice veți găsi o idee. Poate că va fi pe placul dv.

# CÎND ANUL SE ÎNNOIEȘTE

## CASA NOASTRĂ ÎN SĂRBĂTOARE

Ca sărbătoarea să se facă simțită din plin și casa să capete aerul specific Anului nou, căutați și cîteva decoruri potrivite.

**Aveți un perete gol** sau, și mai rău, o ușă nu prea estetică? Îmbrăcați-o de sus pînă jos într-o hîrtie decorativă roșie. Din hîrtie verde lucioasă decupați un triunghi înalt cît ușa și cu baza cît lungimea ei. Aplicați acest triunghi pe fondul de hîrtie roșie și decorați-l cu funde roșii, ca în desenul nostru. Lipiți 5 discuri din hîrtie albă, dispuse ca în model și colorați-le în chip de flori.

**Vă plac brazii ninși?** Decupați unul din hîrtie verde lucioasă. Pulverizați-l cu tempera albă diluată în apă. Pompa dv. de fixativ pentru păr va fi excelentă în acest scop. Agitați bine amestecul înainte de a-l folosi. Aveți grijă ca „vîrfurile ramurilor" să rămînă verzi. Veți prinde pe ele globuri mici aurii. Nu uitați să fixați în vîrful brăduțului o stea strălucitoare. Veselul contrast de culori va îmblînzi „iarna" din interiorul dv.

## TRADIȚIE ȘI FANTEZIE

*• Șase pătrate de hîrtie lucioasă argintie, șase de foiță de mătase, toate decupate cu meșteșug vă dau posibilitatea să obțineți un grațios brăduț în miniatură care nu așteaptă decît să strălucească în cadrul sărbătoresc al nopții de An nou.*

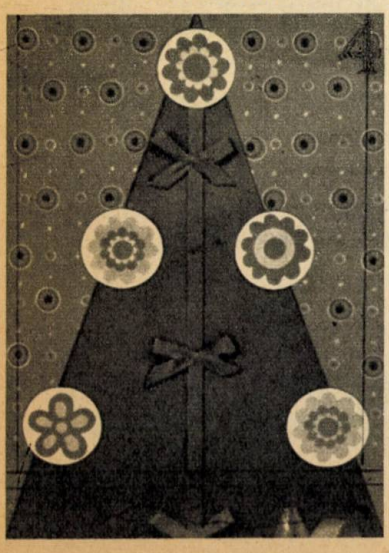
*• Pregătiți deci o foaie de carton subțire, foița de mătase albă sau colorată (șervețele de masă făcute din mai multe foițe suprapuse, pot fi folosite cu succes, dacă vor fi mai întîi separate cu grijă), foi de staniol (ambalaje de la ciocolată sau țigări).*

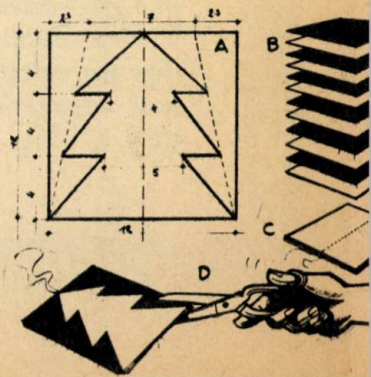
*• Folosindu-vă de indicațiile furnizate de planul A, redesenați desenul bradului, Dimensiunile pot fi modificate după dorință. Decupați-l.*

*• Așezați foițele unele peste altele, alternîndu-le: 6 pătrate de staniol de 12 X 12 cm (dacă ați păstrat dimensiunile tiparului) și 6 pătrate din foiță, de asemenea de 12 X 12 cm (vezi schema B)*

*• Coaseți-le prin mijloc așa ca să apucați toate foile. Lăsați un capăt de ață, înnodat în buclă, ca să puteți agăța brăduțul. Dacă vreți ca el să constituie un ornament al mesei festive, tăiați firul la marginea hîrtiei (vezi schema C).*

*• Pe ansamblul astfel cusut așezați tiparul de carton, cu vîrful spre partea de sus a cusăturii și baza acoperind bine partea opusă. Decupați ansamblul urmărind contururile tiparului. Cu un ac, separați jumătățile de ramuri de staniol de cele din foiță și desfășurați-le în jurul cusăturii așa încît să aveți un brăduț cu baza rotundă (vezi schema D.)*

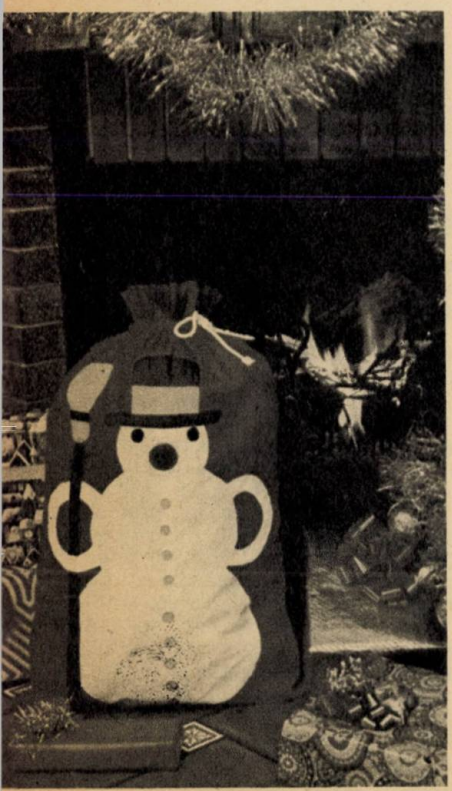




## CADOURI VESELE

*O cutie ușoară de metal sau plastic poate fi decorată cu un nas, o gură și mustăți, sugerînd un cap de bărbat. Altă cutie mai mică poate fi pictată cu o gură de femeie. Ambele au în loc de toartă o pereche de ochelari de soare (pot fi și demodați). Ele vor servi pentru păstrarea obiectelor mărunte, de uz personal.*

## SACUL FERMECAT



*De Anul nou veți pregăti pentru oaspeții dv. și mici daruri surpriză. E bine știut că modul în care le veți oferi și prezenta poate constitui și el un motiv de bună dispoziție. Nu ocoliți deci nici o idee amuzantă.*

*Un sac din pînză de un roșu intens, pe care ați aplicat un om de zăpadă cu nasul roșu, ochii negri, pălărie de un albastru violet cu panglica galbenă; un om de zăpadă înzestrat cu binecunoscuta măciucă, va păzi cu strășnicie darurile adunate în sac.*

*Într-un moment cînd oaspeții par obosiți și ritmul petrecerii scade, gazda își va pofti invitații să-și aleagă din sac un dar. Și „sacul fermecat" își va arăta puterea. Surpriza, bucuria, emoția vor crea noi subiecte de discuție și vor readuce voia bună.*

## FELICITĂRI BRODATE

**De ce nu ? Acum, în prag de An nou, vreți și dv. să faceți celor dragi urări de fericire. Urările îi vor emoționa cu atît mai mult, cu cît felicitarea pe care o veți trimite va fi mai deosebită.**

**Recunoașteți că imaginația celor care le creează, abundă în idei. De ce să nu aveți și dv. una ?**

**Vă sugerăm să brodați un cocoș cu penaj multicolor. Modelul pe care vi-l oferim e ușor de lucrat dar de efect. Contururile — negre — se fac în punct de codiță ; umpluturile, în două tonuri de roșu și puțin albastru, se brodează în feston.**

**După ce ați terminat broderia, tăiați marginile țesăturii la mărimea dorită. Ungeți dosul lucrului cu lipici, și fixați-l pe un carton îndoit în două, cum sînt în general felicitările. Puneți înăuntru o foaie albă pe care o puteți lega de coperți cu un fir auriu.**

**Un fulg de zăpadă lucrat în cruciulițe albe pe un fond roșu, siluete de colindători, brazi cu luminările sînt alte motive decorative adecvate momentului.**

## CUM POATE FI PREZENTAT UN DAR

**• Un șervet de bucătărie imprimat cu desene foarte colorate și legat cu o panglică de scotch e un ambalaj potrivit pentru o cutie cu un mic aparat de menaj.**

**• O țigară gigant din carton alb, cu vîrful aurit e o prezentare amuzantă pentru un port-țigaret.**

**• Un ambalaj adecvat momentului îl constituie o hîrtie de celofan pe care au fost lipite stele aurii de diverse mărimi.**

**• Centrul unui pachet dreptunghiular dintr-o hîrtie fără desene poate fi decorat cu un buchet din capete de panglici multicolore, legat de pachet printr-o panglică de culoare vie.**

# BUCĂTĂRIE ȘI ÎNDEMÎNARE

## REȚETE ȘI IDEI DE PREZENTARE

Acest apetisant platou decorat cu trei flori galbene pe o glazură roșie, va atrage fără doar și poate toate privirile unor invitați la o masă festivă, fie ea de revelion sau cu un alt prilej oarecare.

Secretul celei din fotografia noastră constă în decuparea unor rondele de ananas din compot, în chip de petale și așezarea lor pe o glazură din jele de coacăze (e bun și cel de zmeură). Dedesubt se ascunde o savarină banală a cărei rețetă o veți găsi în orice carte de bucate. Dar pentru cei dornici să facă una deosebită iată rețeta noastră.

**Ingrediente pentru 6 persoane. Aluatul: făină, zahăr, drojdie de bere, sare, lapte, 4 ouă, unt, zahăr pudră. Pentru sirop: o portocală, o lămîie, zahăr. Pentru garnitură și decorat: o cutie compot de ananas; în lipsă, o portocală frumoasă, 5—6 vișine din dulceață.**

Se prepară aluatul. Se dizolvă 10 g de drojdie într-o jumătate ceașcă de lapte călduț. Într-un castron încălzit se pun 200 g de făină, se face la mijloc un cuib, se pun înăuntru două ouă întregi plus două gălbenușuri și drojdia desfăcută în lapte. Se amestecă această compoziție cu un tel avînd grijă ca să ridicăm aluatul, adică să-l aerăm timp de 15 minute. El trebuie să devină elastic. Se acoperă castronul cu un șervet și se lasă să crească la loc cald și ferit de curent. Aluatul trebuie să-și dubleze volumul. Se încorporează atunci 50 g unt moale, 4 linguriță de zahăr pudră, un praf de sare, se omogenizează compoziția și se toarnă într-o formă suficient de mare și bine unsă cu unt. Aluatul nu trebuie să ajungă decît pînă la jumătatea formei. Se acoperă din nou și se lasă iar să crească timp de 30—40 minute.

În acest răstimp forma trebuie să se umple. Se dă la copt, în cuptor încălzit din timp cu flacăra potrivită. Savarina se coace circa 25 de minute.

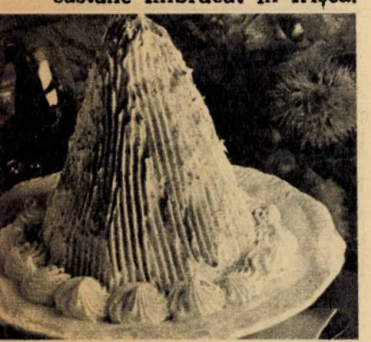
Între timp preparați siropul. Scoateți foarte fin coaja de la o portocală și de la o lămîie și puneți-le într-o crăticioară cu două pahare de apă, 250 g zahăr și o linguriță de scorțișoară pisată. Fierbeți siropul pînă se leagă dar nu prea tare. Strecurați-l. Adăugați puțin rom de bună calitate. După ce savarina va fi coaptă și ușor răcorită, scoateți-o pe un platou și îmbibați-o cu sirop pînă ce e absorbit tot. Preparați glazura. Încălziți într-un vas mic un borcan mic de jele de coacăze, adăugați 120 g zahăr pudră, sucul de la o lămîie și lăsați totul să fiarbă pe foc mic 15—20 minute. Lăsați-l să se răcorească.

Tăiați savarina la o distanță de circa doi centi-

metri de margine, de jur împrejur, așa ca să puteți scoate o parte din miez. Umpleți golul cu bucățele de ananas bine scurse de sirop și cu bucățelele de miez. Neteziți prăjitura. Acoperiți-o cu un strat bun de glazură. Ea trebuie să „țină". La nevoie desfaceți puțină gelatină și amestecați-o cu jeleul. Puneți prăjitura în frigider pînă cînd veți avea nevoie de ea. Separat preparați bucățile de ananas pentru decor și din jeleuri verzi (din comerț) tăiate fișii pentru tulpini. Pentru frunze folosiți simburi de caise din dulceață. În mijlocul florilor puneți cîte o boabă de vișină. Rezervați-vă timp să-l decorați înainte de a-l duce la masă. Nu e o prăjitură scumpă dar cere răbdare, îndemînare și timp.

**PIRAMIDA SURPRIZA**

În acest chip puteți aduce pe masa de sărbătoare cele mai diferite lucruri: icre, pate de ficat îmbrăcat într-un înveliș de maioneză bine legată sau un pireu de castane îmbrăcat în frișcă.



După ce ați așezat preparatul pe farfurie, dîndu-i această formă de piramidă, desenați de-a lungul ei, cu o furculiță, șanțuri cît mai egal de adînci. Cu un cornet special din plastic prevăzut cu o pîlnie zimțată faceți la bază mici grămăjoare. Pireul de castane pudrați-l cu scorțișoară sau ciocolată fin rasă. Icrele decorați-le cu o măslină pusă în vîrful piramidei. Pateul de ficat cu un buchețel de pătrunjel.

Vă sugerăm următoarea rețetă de pateu.

**1 kg ficat de porc, un creier de vacă, 250 g unt, 2 ouă, cîteva ciuperci, un păhărel de coniac, sare și piper.** Ficatul și creierul se fierb fiecare separat în apă clocotită; creierul cu sare, ficatul fără. Încă înainte de a se răci se dau prin sită, se amestecă cu untul frecat spumă, cu sare, piper și coniac. Se adaugă ciupercile tăiate mărunt și înăbușite în puțin unt. Se lasă în frigider să capete consistența dorită. Se așează apoi în piramidă și se îmbracă într-un strat de maioneză sau în frișcă neîndulcită și bine bătută.

**ALT FEL DE PIRAMIDA.** E vorba de gogoașele cu cremă de vanilie. (Choux à la crème)

Rețeta o veți găsi într-o carte oarecare de bucate sau veți prepara gogoșile după o rețetă de familie. Crema de vanilie de asemenea nu constituie un secret pentru o gospodină cu experiență.

Veți mai face în plus un sirop caramel.

Topiți pe foc slab, după ce în prealabil l-ați udat, 200 g zahăr pudră. După ce a căpătat o culoare brun deschisă, zahărul se stinge cu un pahar de apă. Siropul obținut se îngroașe apoi pînă se leagă bine. O picătură lăsată să cadă pe o farfurie trebuie să se întărească imediat ce se răcește. Ungeți cu acest sirop un platou sau un soclu dintr-un aluat de cozonac făcut de forma și grosimea lipiei. Pe acest suport așezați o coroană de gogoșele; așteptați cîteva minute pînă ce se răcește zahărul caramelizat. Ungeți deasupra prima coroană și așezați peste ea o a doua, ușor mai mică, așa încît din suprapunerea cîtorva de astfel de coroane să obțineți un con. Terminați lipind deasupra un inel făcut din același aluat cu gogoșile. Stropiți toată piramida cu zahăr ca-

ramelizat. Din loc în loc împodobiți piramida cu elemente specifice sărbătorilor de iarnă: rămurele de brad, funde roșii, un mic con de brad, globulețe colorate etc. O hîrtie dantelată (de la cofetărie) pusă pe platou va întregi aspectul plăcut al acestui desert care va sugera un mic brad sărbătoresc.

# BUCĂTĂRIE TRADIȚIONALĂ

**GĂINĂ FRIPTĂ UMPLUTĂ CU SARMALE (specialitate moldovenească). O găină frumoasă, grasă și tînără, 400 g piept de pasăre (de preferat gîscă sau curcan) 50 g orez, două cepe, sare, piper, mărar, puțin borș, 4 ouă, 200 g smîntînă, frunze de viță, unt.**

Găina se pune întreagă la fript în cuptor ca pentru friptură obișnuită. (O curcă sau un curcan potivit de mare ar fi „la fel" de bune).

Separat se toacă pieptul de pasăre; se înăbușă în puțin unt ceapa mărunt tăiată, se adaugă orezul ales și spălat, se amestecă cu carnea tocată, sare, piper și puțină verdeață. Frunzele de viță se desărează, se opăresc și se înfășură în ele sarmale mici cît nucile. Se fierb în zeamă de carne acrită cu puțin borș. Cînd găina e friptă pe jumătate și zeama în care au fiert sarmalele a scăzut, se umple găina cu sarmale și se dă din nou la cuptor. Dacă pasărea e foarte tînără, atunci sarmalele se pot pune nefierte în găina crudă și se dă totul la cuptor.

Pasărea se aduce la masă întreagă, așezată pe un platou, decorată de jur împrejur cu felii de ou răscopt, cu ficatul înăbușit și tăiat în lamele, alternînd cu cîte o lingură de smîntînă groasă. Toate acestea se vor mînca împreună cu sarmalele.

Ca smîntîna să fie consistentă se întinde un tifon pus în două peste o tavă de mălai, se toarnă smîntîna deasupra și se lasă așa, pînă ce mălaiul absoarbe apa din smîntînă.

**MUȘCHI UMPLUT (specialitatea restaurantului București). 1,600 kg mușchi de vacă, 200 g ciuperci (proaspete ori conservate) 100 g șuncă de Praga, 200 g mușchi de porc, 200 g ficat de gîscă sau porc, 250 g slănină albă proaspătă, 500 g ceapă, 100 g unt, două legături de verdeață, puțin piper, sare după gust, 250 g vin negru, puțină nucușoară rasă, o lingură de făină, 50 g coniac.**

**Garnitură: soteuri de mazăre, fasole verde, morcovi, cartofi.**

Se curață mușchiul de pieliță și se despică în două de-a lungul fără să separăm bucățile. Se bate cu ciocanul pînă se subțiază uniform și capătă o formă dreptunghiulară cu o grosime de 2—3 cm. Se sărează, se piperează și la dorință se presară cu puțină nucușoară rasă. Se toacă ceapa foarte mărunt și se înăbușe în unt pînă se face aurie.

Ficatul, șunca, ciupercile (bine scurse dacă se folosesc conserve) slănina, mușchiul de porc se taie în cuburi mici cît bobul de mazăre. În vasul cu ceapă se adaugă mușchiul de porc și se lasă să se prăjească 10 minute. Se adaugă treptat celelalte ingrediente. Se sărează, se piperează, se pune și puțină nucușoară rasă și se lasă pe foc mic încă 10—15 minute.

Cu 2—3 minute înainte de a lua amestecul de pe foc, se presară o lingură de făină care va lega compoziția. La 10 minute după ce e luată de pe foc se adaugă verdeața tocată și coniacul.

Se așează umplutura pe o margine a mușchiului de-alungul lui, iar deasupra umpluturii se așează o fîșie de slănină groasă de un deget și păstrată anume. Se rulează carnea strîns, cu grijă ca umplutura să nu iasă din mușchi. Se învelește într-o hîrtie de pergament unsă cu untdelemn, se înfășoară cu sfoară, se răsucesc și se leagă strîns capetele hîrtiei. Se pune într-o tavă untdelemn și se dă la cuptor cu foc nu prea tare. După circa 10 minute se stinge cu vin negru (același cu care îl vom servi la masă) și se lasă la fript cam o oră.

Se scoate, se lasă să se răcorească, se scoate din hîrtie, se taie felii (dacă l-am tăia fierbinte s-ar sfărîma). Se așează pe un platou, care se poate pune la cuptor, ca să poată fi încălzit înainte de a fi servit.

Sosul. În tava în care s-a fript mușchiul se pune o lingură de amidon comestibil dizolvat înainte în puțină supă sau apă. Se adaugă restul de vin, se potrivește de sare și piper și se fierbe 5—10 minute. Se strecoară. Înainte de a fi adusă friptura la masă, platoul se garnisește cu movilițe de legume fierte. Alternăm morcovii cu mazăre, cartofi și fasole ca să obținem efecte de culoare. Se stropește totul cu sosul pregătit și se servește.

# DESPRE ŞI PENTRU COPII

## O ANIVERSARE ÎN FAMILIE

*Un aer de sărbătoare domneşte în casă. Fiecare se agită, combină, prepară fără să zică nimic pentru ca secretul să nu fie trădat în faţa celui interesat; se simte însă că mîine nu va fi o zi ca oricare alta: mîine va fi o aniversare*

*Fie că e vorba de cea a sugarului care vorbeşte în legea lui şi-şi strînge în braţe ursul din blănuţa aurie, fie de fetiţa de pe acum gravă şi care, cu un serios gest matern, îşi leagănă cu duioşie păpuşa, fie că e ziua tinerei care învaţă sîrguincios lecţia de engleză, evenimentul e la fel de mare.*

*Dacă eroul sărbătorii nu e decît un omuleţ deabea cît o ciubotă, veţi pune la încercare toate cunoştinţele dv. culinare în materie de prăjiturele, creme, bomboane şi veţi acorda toată atenţia tortului cu lumînări. Fără el, bucuriile nu vor fi complete, căci momentul cel mai aşteptat de sărbătorit e cel cînd va trebui să stingă dintr-o singură suflare toate flăcările micilor lumînări.*

*Nu trebuie să uitaţi nici de darul care va accentua privilegiul de care se bucură în această zi cel sau cea de a cărei aniversare este vorba.*

*Atenţie! Uitaţi cu acest prilej orice „taci", „fii cuminte", „stai locului" şi alte asemenea... îndemnuri deloc „amuzante". Cu prilejul unei aniversări, îndulgenţa este obligatorie.*

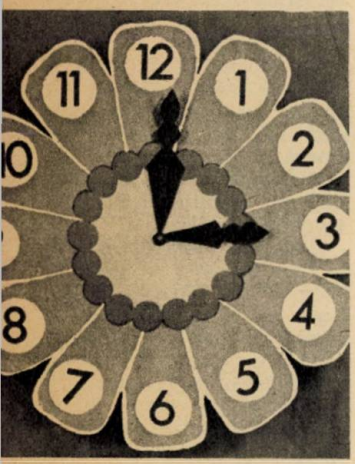
*Chiar dacă cel pe care îl sărbătoriţi este de acum „mare" nu cereţi prea mult de la el; năzdrăvăniile mai sînt încă îngăduite la vîrsta lui.*

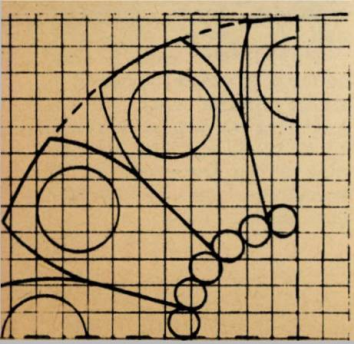
*Totuşi, ca să evitaţi orice incident, unul sau doi adulţi se vor oferi să organizeze jocurile, distracţiile care îi vor ocupa pe tineri şi îi vor face să uite puţin turbulenţa obişnuită; exaltarea lor va fi astfel calmată. „Ghicitorile", „portretele", „şaradele" se bucură întotdeauna de succes la copii. Rîd, au şi ei idei de jocuri şi totul se desfăşoară cît se poate de plăcut.*

*Dar fie că se joacă, fie că sînt mai mari şi vor să danseze, pregătiţi în acest scop o cameră. Rulaţi covoarele. Daţi mobilele pe lîngă pereţi. Scoateţi tot ce poate fi transportat în altă parte şi nu lăsaţi la îndemîna lor nici un vas sau bibelouri de valoare.*

*Dacă cei sărbătoriţi au trecut de vîrsta adolescenţei, o masă frumos prezentată, un buchet de flori care va însoţi darul, îi va emoţiona în mod cu totul deosebit.*

## SĂ ÎNVĂŢĂM TAINELE ORELOR PE UN CEAS DIN LEMN PICTAT



**FURNITURI:**

*O bucată de placaj de 50 × 50 şi 3—4 mm grosime. Vopsea albastră, albă, neagră, roşie şi galbenă, hîrtie sticlată.*

*Măriţi la dimensiunile dorite, modelul de pe schemă şi reproduceţi-l pe foaia de placaj, pe care în prealabil aţi şlefuit-o cu hîrtie sticlată. Decupaţi cadranul urmărind modelul în formă de floare al bordurii. Faceţi în centru o gaură pentru fixat minutarele. Coloraţi cadranul. Fixaţi minutarele. Dacă vreţi ca ceasul să fie un ceas adevărat şi nu numai unul de decor, pe care copilul învîrtind acele să înveţe cum să citească orele, atunci, în spatele cadranului, aplicaţi un ceas vechi şi adaptaţi-i minutare de lemn. In acest scop, cereţi însă ajutorul unui ceasornicar. Nu uitaţi să-i puneţi o agăţătoare cu care să-l puteţi fixa de un cui în perete.*

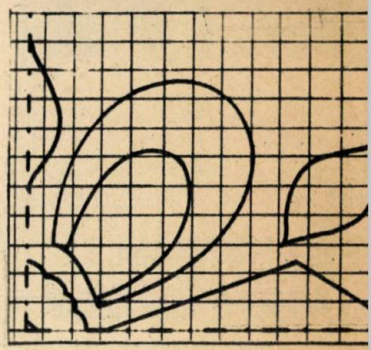
# O LAMPĂ CU REFLEXE MULTICOLORE

Simplu şi amuzant de executat, acest obiect va aduce o notă personală şi originală în camera copiilor dv. În acelaşi timp va fi util, iar posesorii bucuroşi să-l folosească.

**Furnituri.** Un glob de sticlă albă-lăptoasă, o cutie cilindrică care să-i servească de suport, hîrtii divers colorate.

Copiaţi modelul de pe schema noastră mărindu-l la proporţiile dorite. Reproduceţi-l pe glob.

Separat decupaţi diferitele elemente ale fiecărui motiv, ungeţi-le cu lipici şi aplicaţi-le pe glob urmînd indicaţiile desenului. Îmbrăcaţi şi soclul cu o hîrtie vie în culoarea dominantă a lămpii. Un bec, un fir, un întrerupător, un suport în care să stea dulia becului şi lampa dv. e gata.



# UN DULAP INGENIOS PENTRU O TÎNĂRĂ MAMĂ ŞI UN VIITOR ŞCOLAR

Fără nici un fel de transformare, acest dulap suspendat, care se face foarte uşor, poate avea de-a lungul anilor multiple utilizări : de la dulap şi masă de înfăşat sugarul, pînă la bibliotecă şi birou pentru şcolar.

Realizat din lemn în culoare naturală, el se închide cu o uşă care se lasă în jos. La exterior uşa poate fi vopsită în verde închis sau negru, spre a servi mai tîrziu de tablă şcolarului. Dulapul are două sertare şi mai multe rafturi.

El a fost astfel conceput ca să le pună la îndemînă mamelor tinere maximum de obiecte indispensabile îngrijirii noului născut : masa de înfăşat cu saltea din burete (care poate fi înlocuită cu un prosop de bae, etajere şi sertare pentru lenjerie şi mărunţişuri).

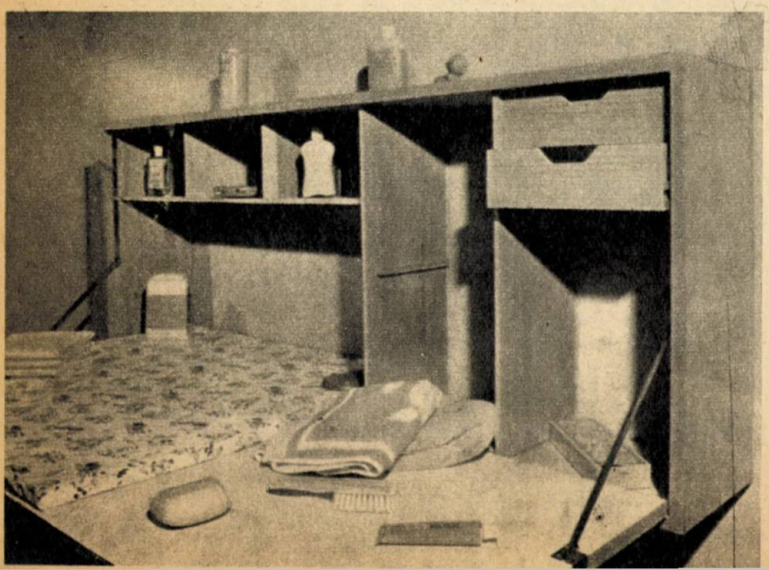
Între 2 şi 6 ani dulapul poate servi pentru depozitarea lucrurilor copilului. Mai tîrziu va fi folosit fără nici o modificare pentru colţul de lucru al şcolarului. Uşa închisă devine, aşa cum am amintit, tabla pentru teme ; deschisă : masă de lucru. Etajerele se transformă în bibliotecă, sertarele sînt cît se poate de indicate pentru accesoriile şcolarilor.

Un bibelou-două decorative, adecvate vîrstei, o lampă articulată, îşi vor găsi loc pe partea superioară a dulapului.

**Dimensiuni :** lărgime : 1,35 m ; înălţime : 0,55 m ; adîncime : 0,22 m.

Salteluţa pentru sugaci se face din burete gros de 2 cm şi de 79×72 cm (lăţime şi lungime). Ea se aşează pe partea stîngă a uşii. O a doua salteluţă de 2 mm grosime, lungă de 79 şi lată 22 cm se pune pe fundul dulapului pentru a acoperi diferenţa de nivel existentă între suprafaţa uşii şi fundul dulapului.

Tînărul soţ care a conceput şi executat dulapul şi tînăra mamă care l-a folosit sînt pe deplin convinşi că el va fi apreciat de oricine se va încumeta să îşi înzestreze cu el camera copilului.



# O APĂRĂTOARE PENTRU TERMOFOR

Din pichet alb, mărginită cu un șiret galben și înveselită cu o broderie amuzantă, această învelitoare pentru un termofor din cauciuc, se face din două bucăți identice, al cărui tipar vă este dat pe schema alăturată.

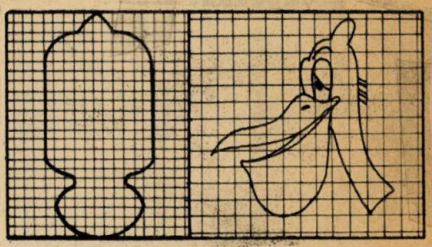
**Furnituri :** 52×96 cm pichet alb, bumbăcel roșu deschis, roșu închis, galben deschis și un fir bleumarin, șiret, verif sau panglica galbenă.

**Confecție :** Reproduceți pe hîrtie cadrilată patronul din schemă așa ca să-i dați mărimea reală (1 pătrat din schemă = 2 cm). Aplicați tiparul pe țesătura pusă în două și tăiată pe marginea patronului.

**Broderia.** Reproduceți în același fel capul pelicanului și copiați-l pe țesătură. Brodați-l cu punct de coadă (contururile) și broderie plină restul.

Odată broderia făcută asamblați cele două părți, decorați marginile cu șiret, verif sau panglică. Lăsați o deschizătură prin care veți introduce termoforul, coaseți pe dos o cheiță prin care veți trece un șiret cu care veți lega la gură îmbrăcămintea termoforului.

Nu uitați că un termofor este pentru sugar un obiect de mare utilitate, el însă poate fi și plăcut ochiului.

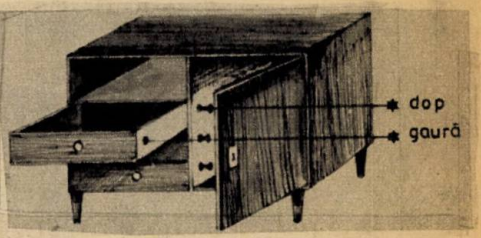


LEGENDA:
partea superioară a ciocului — roșu deschis
interiorul ciocului — roșu închis
ochiul — albastru
capul — galben deschis

# CUM BLOCĂM SERTARELE UNEI COMODE

Multe mame cu copii mici se plîng că din pricina binecunoscutei curiozități a impricinaților nici o ușă nu rămîne nedeschisă, nici un sertar netras. Din această pricină multe degete micuțe strivite, lacrimi și părinți alarmați.

Aveți o mobilă ca cea din desenul nostru ? Deschideți-i ușa. Străpungeți cu un burghiu peretele dinspre sertare. Fixați un dop în fiecare deschizătură care corespunde cîte unui sertar și ele vor deveni neaccesibile micilor curioși.



# ÎNVĂȚAȚI COPIII SĂ FACĂ DARURI

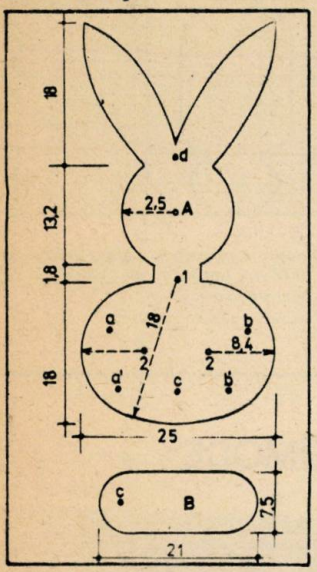
Darurile copiilor nu trebuie făcute cu bani ceruți de la părinți, ci din mici economii și mai ales cu puțină osteneală. Iată o idee foarte simplă.

O cutie de 18 cm înălțime și 13 cm în diametru, 12 metri sfoară groasă și lipici (de preferință aracet).

*Confecționarea.* Se coase un capăt al sforii fixîndu-l de fundul cutiei. Se înconjoară sfoara de jur împrejurul cutiei, repartizînd ici și colo puncte de lipici. Capătul ultimului rînd de sfoară este disimulat și cusut cu cîteva puncte solide. Interiorul decorați-l cu plastic înflorat în culori vesele, vii.

Mama va avea astfel un coș pentru lucru de mînă : gheme, andrele etc. sau va folosi cutia pentru produse de întreținere : cîrpe de praf, perii, detergenți etc. Dar cîte alte întrebuințări nu i se pot da unei astfel de cutii. În ea se poate ține necesarul pentru întreținerea încălțămintei ; pusă în vestiar ea va adăposti și va ține la îndemînă papucii celor ai casei, care nu vor fi astfel obligați să lase amprentele încălțămintei ude sau stropite cu noroi pe parchetul lustruit sau covoarele proaspăt curățate.

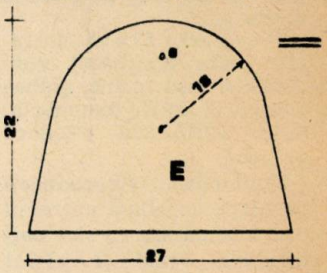
## IEPURAŞI




*Ca să înveseliţi camera copiilor, o puteţi decora cu iepuraşi, viu şi vesel coloraţi, pe care îi veţi realiza împreună cu ei.*

Furnituri. *Carton alb, resturi de ţesături, capete de dantelă, hîrtie colorată, fire de lînă, lipici.*

Confecţionarea : ● *Desenaţi pe carton şi decupaţi corpul şi capul iepurelui, urmărind indicaţiile schemei A.* ● *Decoraţi corpul cu bucăţele de pînză sau stofă (vezi fotografia)* ● *Perforaţi punctele de legătură dintre labele din faţă* a b *şi labele din spate* a' b' *sau a punctului* c, *dacă doriţi să fixaţi o fustă (E)* ● *Decupaţi labele şi decoraţi-le cu altfel de ţesătură lipind o bucăţică de dantelă la manşetă. Perforaţi punctele de legătură* c, ● *Fixaţi labele de corp. Dacă e vorba de o iepuroaică înlocuiţi labele din spate cu o fustă (schema E) împodobită cu o dantelă.* ● *Lipiţi pe cap fire de lînă care să simuleze mustaţa şi gura şi discuri mici din hîrtie pentru ochi* ● *Iepuraşii sînt gata să fie suspendaţi cu ajutorul unui fir fixat în vîrful capului.*




# CUNOAŞTE-TE PE TINE ÎNSUŢI

## CE FEL DE FEMEIE SÎNTEŢI

**IMPULSIVĂ ? EMOTIVĂ ? RAŢIONALĂ ?**

Răspundeţi la acest chestionar controversabil şi amuzant şi veţi şti

**1. Dacă vă supăraţi pe copii :**

A). Îi trageţi de urechi ?
B). Le daţi vreo cîteva ?
C). Căutaţi ceva de făcut ca să vă găsiţi calmul ?

**2. Cînd plecaţi după cumpărături :**

A). Cumpăraţi mai ales ceea ce vă recomandă alţii ?
B). Vă faceţi o listă şi o respectaţi întocmai ?
C). Priviţi, căutaţi încercînd să descoperiţi ce ar putea să vă intereseze ?

**3. Cum sînteţi :**

A). Lipsită de simţ practic, incapabilă să reparaţi un pantalon sau un robinet ?
B). O bună gospodină, dar indiferentă la ce se întîmplă în afara căminului dv ?
C). Foarte curioasă, vrînd să ştiţi cum funcţionează şi se manipulează totul ?

**4. În ceea ce privește îmbrăcămintea :**

A). Încercați să țineți pasul cu moda ?

B). Purtați ceea ce vă stă bine ?

C). Purtați hainele atîta vreme cît nu vi se par prea uzate ca să fie aruncate.

**5. Cheltuielile în gospodărie :**

A). Reproșați soțului că nu cîștigă mai mult ?

B). Luați un creion și o hîrtie ca să vedeți de unde ați putea economisi ?

C). Faceți datorii ?

**6. Munca unei femei nu se termină niciodată. Cînd vă simțiți obosită :**

A). Lăsați totul baltă, spunîndu-vă că e tot una cum se vor descurca ceilalți ?

B). Faceți totul pînă la capăt cu minuțiozitate ?

C). Faceți numai ce este esențial și lăsați restul pentru altădată ?

**7. Dacă un animal din vecini face stricăciuni în curtea sau grădina dv. :**

A). Alergați la stăpînii lui ca să vă plîngeți ?

B). Reparați singură stricăciunea sau încercați să vă descurcați cum s-o putea ?

C). Vă simțiți ca și bolnavă și vă așteptați bărbatul ca să-i povestiți și să dreagă el totul ?

**8. Dacă soțul dv. nu mai e în ultimul timp tandru și atent așa cum v-ați obișnuit să fie :**

A). Vă puneți pe plîns și vă chinuiți cu 101 de întrebări ?

B). Îl bănuiți de infidelitate ?

C). Vă gîndiți că ar putea fi bolnav, foarte obosit sau preocupat de o anumită treabă foarte importantă ?

**9. Dacă vi se întîmplă să doriți un lucru foarte greu de obținut :**

A). Începeți să împrumutați în stînga și în dreapta pînă ce realizați suma necesară ?

B). Spuneți răutăți la adresa femeii care îl are ?

C). Vă mulțumiți să rîdeți pe socoteala viselor dv. imposibile ?

**10. Dacă bărbatul dv, pierzînd controlul de sine, vă spune lucruri neplăcute, ofensatoare :**

A). Ripostați răspunzîndu-i la fel de urît ?

B). Alergați să vă plîngeți mamei sau prietenilor ?

C). Vă gîndiți cum ați putea să-l calmați, să-l îmbunați ?

## AFLAȚI REZULTATELE TESTULUI

Notați acum după tabelul alăturat valoarea răspunsurilor dv. și faceți totalul.

**De la 10—20 puncte :** Nu prea știți să vă dominați impulsivitatea. N-a fost chiar ușor pentru părinți să vă crească. Pe bărbat îl veți încărunți curînd.

**De la 21—45 puncte :** Sînteți schimbătoare. Treceți ușor de la rîs la plîns. Aveți reacții impulsive pe care le regretați după aceea. Sînteți iubită pentru inima dv. bună și pentru că în general sînteți amabilă.

**De la 46—70 puncte :** Sînteți o persoană echilibrată ; în împrejurări importante acționați rațional, cînd ocazia se prezintă puteți lăsa multe treburi ca să vă amuzați. Familia vă iubește, deși uneori e surprinsă, nu știe ce să gîndească despre unele din reacțiile dv.

**De la 71—90.** Sînteți o persoană amabilă, admirată și consultată de prieteni, căci sfatul dumneavoastră e luat în considerație. Sînteți totuși cam aspră, foarte măsurată și prea dispusă să vă condamnați suratele mai tinere.

**De la 91—100 puncte :** Nu vi le dorim. Înseamnă să fiți prea de tot calculată, prea lipsită de elanuri. Or, să nu te lași, uneori, pradă emoțiilor, să acționezi împotriva firii, poate avea consecințe grave. Poți să te îmbolnăvești de ulcer sau de tensiune arterială.

Destindeți-vă deci și învățați să vă amuzați.

**TABEL DE RĂSPUNSURI**

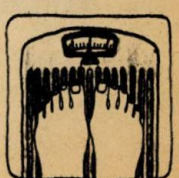
| | | |
|---|---|---|
| 1 A : 1 | 6 B : 1 | |
| 2 A : 1 | 7 B : 10 | |
| 3 A : 5 | 8 B : 1 | |
| 4 A : 5 | 9 B : 1 | |
| 5 A : 5 | 10 B : 1 | |
| 6 A : 5 | | |
| 7 A : 5 | 1 C : 5 | |
| 8 A : 5 | 2 C : 10 | |
| 9 A : 5 | 3 C : 10 | |
| 10 A : 5 | 4 C : 1 | |
| | 5 C : 1 | |
| 1 B : 10 | 6 C : 10 | |
| 2 B : 5 | 7 C : 1 | |
| 3 B : 1 | 8 C : 10 | |
| 4 B : 10 | 9 C : 10 | |
| 5 B : 10 | 10 C : 10 | |

# sfaturi SĂNĂTATE ȘI FRUMUSEȚE

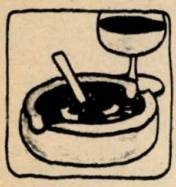
1. Deviza dv. : nici o zi fără legume, nici o zi fără fructe.

2. Faceți-vă un control medical măcar odată pe an.

3. Verificați-vă greutatea : excesul cere un efort în plus inimii dv.



4. Ajutați-vă organismul, evitînd excesul de tutun și alcool.



5. În cursul zilei aranjați-vă astfel încît să vă creați cîteva pauze de destindere.

6. Profitați de mini-vacanța de la sfîrșitul săptămînii ca să petreceți măcar cîteva ceasuri în aer liber.

7. Faceți în fiecare zi plimbări pe jos : 30 de minute, o oră, două ore.

8. Corpul are nevoie de odihnă: dormiți cel puțin 8 ore pe noapte.

9. Evitați mîncărurile prea sărate.

**Întrebați-vă medicul curant: aceste sfaturi sînt cît se poate de prețioase pentru sănătatea inimii dv.**

**Începeți să le urmați chiar de azi. Detașați această pagină și păstrați-o într-un loc unde-o puteți avea permanent sub ochii dv.**

## ÎNVĂȚAȚI SĂ VĂ DESTINDEȚI

*E bine știut că orice efort mental afectează mușchii așa cum orice crispări musculare se resimt asupra spiritului. După ore de muncă acumulați astfel încordări de care nici nu vă dați seama : ceafa, spatele, umerii, picioarele, totul este prins. Ca să rupeți acest cerc de tensiuni începeți prin a regăsi „confortul trupului", destinderea nervoasă îi va urma. Ca să nu ajungeți însă la capătul puterilor și apoi să căutați o soluție de destindere, încercați din cînd în cînd să vă surprindeți ținuta și s-o corectați.*

## FACEȚI INVENTARUL ÎNCORDĂRILOR DV.

*1) Cînd stați jos țineți umerii drept sau trași înapoi ?*

*2) Încrucișați picioarele ?*

*3) Dar brațele ?*

***4) Aveți mîinile crispate** și țineți degetele împletite unele în altele ?*

*5) Gîtul e țeapăn și tras înainte ?*

*6) Lucrați încruntat ?*

*7) Strîngeți dinții, încleștați fălcile ?*

***8) Picioarele, degetele lor** vă sînt contractate ?*

*9) Stînd în picioare, purtați greutatea corpului pe vîrful picioarelor ? Pe călcîie ? Pe un picior ?*

*10) Mergînd țineți brațele întinse ridicat ?*

*11) La volan țineți bărbia înainte ?*

*12) Aveți mici manii, mici ticuri, care repetate de zeci și zeci de ori în cursul unei zile duc la cheltuială inutilă de energie ? Mușcați buzele sau vă jucați cu creionul, guma sau batista ?*

*Loviți nervos degetele în tăblia mesei, bateți tactul cu picioarele ?*

## ÎNLĂTURAȚI ACESTE ÎNCORDĂRI

*1) Destindeți umerii dar fără să-i curbați spre față. Dacă puteți întindeți brațele în cruce și duceți-le de cîteva ori înapoi.*

*2) Nu mai țineți picioarele încrucișate, căci asta crispează mușchii coapselor, deformează coloana vertebrală, și greutatea corpului e suportată numai de fesesieri, ceea ce frînează circulația sîngelui în picioare. Încrucișați dacă doriți gleznele.*

*3) Nu țineți brațele încrucișate căci se contractă avantbrațul, se deformează omoplații, se curbează spatele, se blochează respirația.*

*4) Odihniți-vă mîinile punîndu-le în cruce una pe o coapsă, alta pe o a doua, sau dacă vă pare mai simplu, fiecare pe coapsa respectivă.*

*5) Lăsați gîtului o mișcare suplă, țineți-l în întregime drept, nu numai înălțînd bărbia.*

*6) Destindeți mușchii frunții.*

*7) Căscați (discret dacă aveți martori); e unul din cele mai eficace remedii împotriva încordării. Lăsați maxilarul inferior cît mai jos cu putință, deschideți apoi gura ca și cum ați vrea să mușcați un măr mare. S-ar putea să vă provocați un căscat și o să vă simțiți cu siguranță mai bine.*

*8) Scuturați-vă picioarele înainte și înapoi (ca pe o pereche de ciorapi).*

*9) Ca să stați în picioare cît mai mult fără să obosiți, repartizați-vă greutatea în mod egal pe ambele tălpi și pe toată suprafața lor. Genunchii întinși — fără rigiditate.*

*10) Brațele trebuie să cadă liber și moi de-alungul corpului.*

*11) Cînd conduceți strîngeți bărbia ușor spre git. Ceafa se va întinde și tensiunea dureroasă pe care o simțiți va dispare.*

*12) Suprimați toate micile ticuri ori de cîte ori surprindeți manifestarea lor.*

# CA SĂ AVEM DEGETE FRUMOASE

Știți că mîinile vă trădează? Forma lor pune în lumină caracterul dv., textura pielii indică, unui ochi exersat, vîrsta dv. Ele se ofilesc mai repede decît obrazul, iată de ce trebuie să faceți totul ca să evitați urîțirea lor.

Lacul de pe unghii, chiar de culoarea cea mai la modă, crema extra-hidratantă, care înmoaie și albește pielea, nu sînt întotdeauna suficiente. Degete fine și agile, încheieturi neîngroșate sînt și ele atuuri importante.

Am realizat, pentru dv, filmul unei serii de mișcări

destinate să întrețină sprinteneala degetelor și suplețea lor. Aceste mișcări trebuie făcute de 5—6 ori pe zi.

● 1) Se grupează cele 3 degete centrale de la mîna stîngă. Se trec între indexul și degetul mijlociu ale mîinii drepte, plecînd de la unghii pînă la încheietura lor. Se face acest exercițiu și între mijlociu și inelar, între inelar și auricular. Se repetă exercițiile cu mîna stîngă. La început degetele grupate nu vor depărta cu totul degetele celeilalte mîini, dar încet, încet veți progresa.

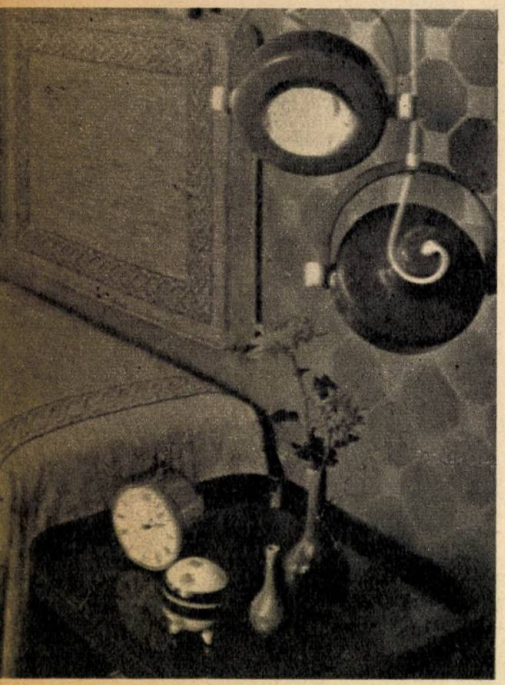
● 2) Alungirea degetelor. Pe această fotografie mîna dreaptă va „zgîria", dar va zgîria trăgînd de degete. La început, dacă se trage bine, e aproape dureros. Apoi destinde încet degetele ca să ajungă la poziția mîinii stîngi, întinsă la extrem. Faceți acest exercițiu cu ambele mîini.

● 3) Suplețea articulațiilor. Pe marginea mesei, întindeți degetul cum se vede la mîna stîngă. Sprijinindu-vă pe extremitatea degetelui, rotiți-l în jurul lui. La început e mai greu, mai ales cu inelarul.

● 4) Ca să subțiați și să odihniți degetele obosite de exercițiile precedente, lu-

ați fiecare deget între index și degetul mare de la mîna opusă și masați-l pe părți cu degetele, de la unghie către palmă. Niciodată în sens contrar.

# CONFORT ŞI ELEGANŢĂ



**Dintre toare camerele unei locuinţe, dormitorul este fără îndoială încăperea care relevă cel mai din plin personalitatea gospodinei. O femeie prctică şi de bun gust nu mizează neapărat pe mobilă, covoare şi perdele scumpe ca să obţină un ansamblu agreabil privirii şi un plus de comoditate. Ea le poate realiza prin simple intervenţii ingenioase. Priviţi fotografia noastră : un divan obişnuit de două locuri, o cuvertură dreaptă, galben-aurie, două perne fixate la capătul patului de o bară metalică (o galerie de perdele şi suporturile ei).**

**O panglică decorativă împodobeşte deopotrivă cuvertura ca şi pernele. (Două bucăţi de burete de circa 60/45 cm).**

**Nu uitaţi să fixaţi panglica decorativă înainte de a asambla diferitele piese ale huselor pentru perne.**

## CUM ALEGEM UN ABAJUR

Un abajur nu se cumpără oricum. El trebuie să se integreze în armonia generală şi să se potrivească perfect cu lampa căreia îi e destinat. Cel mai simplu ar fi să luăm lampa cu noi şi să-i încercăm abajurul, cum se încearcă o pălărie. Dar dacă e greu de transportat, vom lua toate dimensiunile principale : diametrul maxim şi minim, înălţimea. O sumă de reguli se cer respectate.

• Abajurul şi piciorul lămpii trebuie să aibă volume care se echilibrează. Nu se poate pune un abajur mic pe un vas mare dar nici unul mare pe un vas mic — ar fi ridicol.

• Dacă piciorul e scurt şi gros, abajurul se aşează mai sus şi dimpotrivă dacă e prea delicat, prea subţire se va evita efectul de „cocoţat", punînd abajurul mai jos.

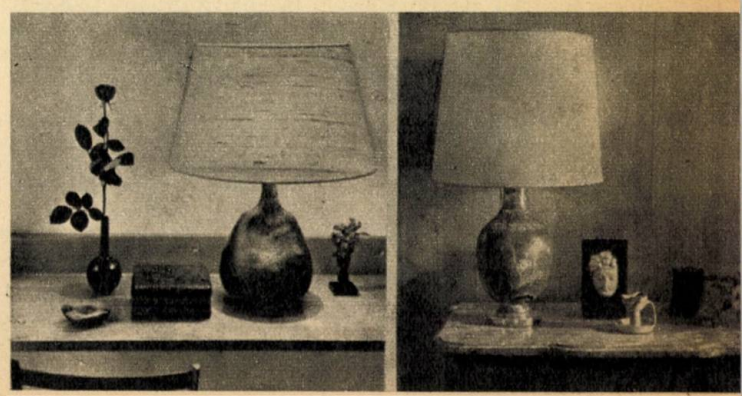
• Culoarea abajurului se alege la lumina zilei. Ar fi greşit să ţinem cont numai de transparenţe, căci în timpul zilei lampa devine un obiect al cărui decor împarte armonia generală.

• Nu trebuie să uităm că abajurul e un obiect fragil. În contact cu căldura riscă să se dezlipească tot ceea ce e lipit. Un bec prea puternic poate usca ba chiar arde abajurul.

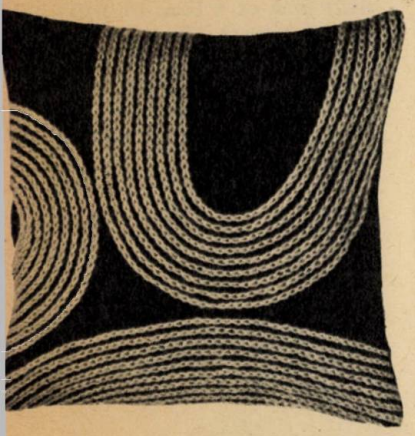
• Sînt la modă abajururile în forma de trunchi de con aproape drepte sau simple, cilindrice. E o modă avantajoasă căci ocupă un spaţiu redus.

• Abajururile pot fi confecţionate din tot felul de materiale, de la hîrtie rezistentă, plastic, stuf, pînă la mătăsuri preţioase. O armonie între materialul abajurului şi picior este de dorit. Unui porţelan delicat îi va sta bine un abajur de mătase.

• Cînd o lampă e destinată spre a fi pusă pe o mobilă joasă, abajurul trebuie să fie destul de conic ca să ascundă becul şi montura lui. Cele drepte e bine să aibă un fel de capac (ventilat printr-un cerc de aerisire).

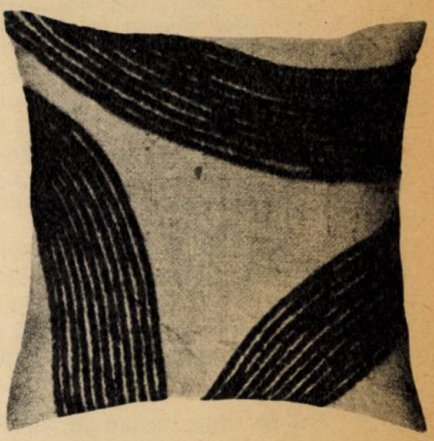


# PERNE DE DECOR



*Cu un desen simplu și armonios ele se pun reciproc în valoare; decorul uneia, executat în negru pe o țesătură crem, este reluat de celălalt brodat cu crem pe o țesătură neagră. E o muncă plăcută, spornică. O pernă se face într-o seară.*

*Dacă ideea vă surîde vă sfătuim să alegeți o pînză groasă, lînă de brodat, să croiți pernele dv de 30 cm pe 30 cm (gata terminate). Ca să obțineți un lucru frumos, e bine să începeți fiecare linie de lănțișor din aceeași parte a pernei, așa ca toate rîndurile aceluiași motiv să fie lucrate în același sens.*



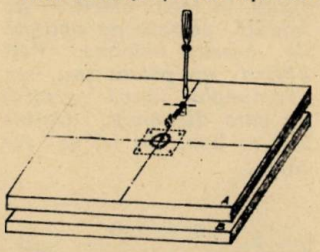
# UN PLATOU TURNANT PENTRU TELEVIZOR

**Așezat pe un astfel de platou, televizorul dv. se va roti cu ușurință pînă ce veți obține unghiul dorit. Veți putea privi, instalat confortabil în fotoliul dv. preferat fără să-l mutați din loc, fără să creați, probleme și încurcături.**

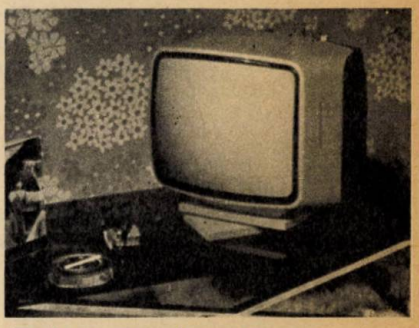
**● Ca să realizați platoul vă e necesar o scîndură de 32×40 cm, groasă de 19 mm; o placă de 10×10 cm cu rulmenți pe bile și 8 șuruburi.**

**Tăiați scîndura în două bucăți corespunzînd dimensiunilor de bază ale televizorului dv. (în cazul nostru 20 cm × 32 cm). Șlefuiți, vopsiți sau lustruiți scîndura în culoarea dorită.**

**Pe una din bucăți (A) marcați centrul și, la 5,7 cm de punct, faceți o gaură de 8 mm în diametru cu un burghiu avînd același diametru. Pe această bucată centrați placa cu rulmenți și înșurubați-o. Puneți a doua bucată B pe masă. Așezați deasupra dreptunghiul A cu partea cu rulmenții înăuntru. Rotiți-l ușor pînă ce gaura coincide cu una din cele ale plăcii cu rulmenți în care trebuie să intre șurubul; înșurubați atunci prin gaura primei bucăți și tot așa cele patru colțuri ale plăcii cu rulmenți.**



**Puteți construi, exact în același fel, un platou rotund cu un diametru la alegere, dar nu mai mare de 50 cm. Îl veți așeza în mijlocul mesei din sufragerie. Veți pune pe el tot ceea ce e nevoie pentru masă; mic dejun, gustări, brînzeturi, deserturi... Rotindu-l, comesenii vor putea să se servească cu ce vor dori.**



# MOZAIC DE SFATURI PRACTICE

Obiectele de cositor *se curăță cu o cîrpă îmbibată în petrol. Cositorul modern trebuie curățat cu apă săpunită cu un detergent ușor. Din timp în timp frecați-le cu apă cu oțet.*

*Dacă totuși vă plac obiectele de cositor strălucitor, odată curățate cu petrol, frecați-le cu o cîrpă îmbibată în bere caldă.*

*Dacă țineți la patina lor, mototoliți în mînă frunze de varză și praz, muiați-le în cenușă de lemn cernută și frecați cositorul. Lustruiți-le cu o cîrpă moale. Dacă sînt cizelate, periați-le cu o perie moale înmuiată în alcool pur.*

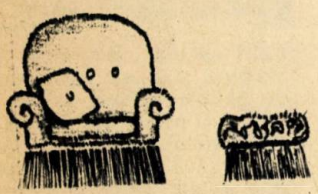
Obiectele de aramă. *După ce le-ați curățat de praf, ștergeți-le cu puțin oțet cald. Clătiți-le cu apă curată și lustruiți-le cu cîrpă moale.*

*Dacă sînt foarte murdare de un verde-gri, de exem-*

*plu, umpleți un vas mare cu oțet clocotit în care ați pus sare grunjoasă (un pumn de sare pentru doi litri de oțet). Așezați obiectul în oțet și lăsați-l pînă ce oțetul se răcește. Scoateți-l și frecați-l cu putere. Lustruiți-l cu un produs din comerț care să-l facă să lucească. Asta în cazul cînd doriți să fie foarte strălucitoare. Altfel e deajuns să-l clătiți cu apă curată și să-l ștergeți bine cu o cîrpă moale.*

● Cînd turnați un lichid *dintr-un vas în altul cu ajutorul unei pîlnii, aveți grijă să puneți între piciorul pîlniei și gîtul sticlei o sîrmă îndoită în U. Aerul, care poate astfel să iasă din sticlă, va permite scurgerea continuă a lichidului. În lipsa unei pîlnii folosiți o cochilie de ou larg deschisă și perforată la bază.*

● Canapeaua sau fotoliile *dv. care s-au uzat și pentru care plănuiți să faceți huse noi, pot căpăta*

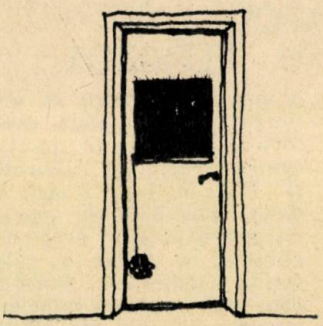


*un aer de originalitate dacă vor fi înconjurate de franjuri lungi, grej sau albe. Pentru camera unei fete tinere puteți face un volan din broderie englezească.*

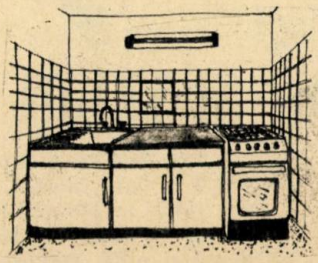
● Aplicați pe baza noptierei sau comodei *dv. o bucată de molton. El va suprima zgomotul, va evita zgîrieturile pe pardosea. În același scop puteți lipi bucățele de fetru pe fundul vazelor, a bibelourilor a lămpilor de masă etc.*

● *Curățați aspiratorul după fiecare folosire. Un sac plin de praf obosește mai repede motorul și consumă mai mult curent electric.*

● Vopsiți în negru un panou al ușii *din camera copiilor. Vă va economisi cumpărarea unei table pe care copiii vor desena sau vor învăța să scrie. Veți cîștiga astfel și spațiu. Dacă însă ușa dv. nu se pretează la această transformare, aplicați pe ea o planșetă vopsită în negru.*

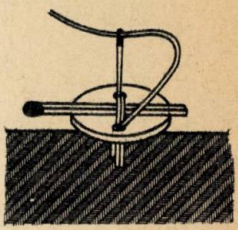


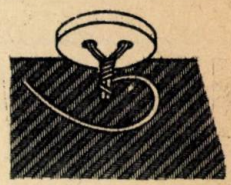
● Dacă aveți de schimbat plăci de faianță *în bucătărie, aranjați-vă așa ca într-un loc potrivit, să fixați, în locul plăcilor de faianță, pătrate de oglindă de aceeași mărime. Veți obține un pătrat sau un dreptunghi după spațiul de care dispuneți. Oglinzile se lipesc la fel ca faianța.*

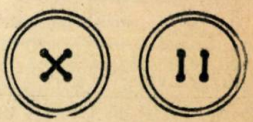


● O operație simplă în aparență: *cusutul unui nasture. Dar cîți dintre noi știu s-o facă corect?*

*Dacă nasturii n-au coadă anume făcută ca să treci firul prin ea e bine să știți un mic secret: Puneți un chibrit pe nasture și coaseți nasturele trecînd ața deasupra chibritului (desen 1). Scoateți apoi chibritul,*







*trageți nasturele în sus și învîrtiți de mai multe ori firul în jurul codiței astfel obținute (desen 2). Întăriți firul pe dosul stofei.*

*Desenele 3 și 4 indică două feluri de a coase nasturii: în cruce sau paralel.*

● Piesele vechi din cositor și aramă *sînt la modă. Copiile lor recente capătă foarte ușor patină și dau impresia de vechi obiecte de valoare. Întrebarea e: cum le redăm și unora și altora strălucirea inițială? Cu o diversitate de produse chimice la îndemînă nimic mai simplu. Și totuși, susțin iubitorii de frumos, o strălucire exagerată e supărătoare. Dar o îngrijire, care să le apere de coroziune, nu poate fi decît recomandabilă. În rezumat să le curățăm, dar cu mai puțin zel.*

# ANIMALELE RÎD?

*Unii oameni, ataşaţi de animalele lor de pe lîngă casă, adeseori susţin că, de pildă, cîinii au simţul... umorului. Alţii consideră că multe animale ar rîde de-a binelea, nu numai ca expresie a chipului lor, dar şi ca mobil interior al hazului. E oare adevărat, poate fi adevărat ?*

*O revistă a făcut la un moment dat o anchetă printre cîţiva zoologi, directori ai grădinilor zoologice din R.D. Germană. Răspunsurile acestor oameni de ştiinţă specialişti în viaţa animalelor par edificatoare (ca să nu mai vorbim de cele cîteva fotografii care însoţesc textul nostru).*

● *Prof. dr. Ulrich din Drezda a declarat scurt şi cuprinzător : „Rîmele, nu, cimpanzeii — da ! In practica mea de director de grădină zoologică, am auzit şi am văzut adesea cimpanzei rizînd, mai ales cînd sînt gîdilaţi."*

● *Directorul parcului zoo din Leipzig, S. Seifert, povestea : „Un papagal care imita admirabil foarte originalul rîs al fostei lui stăpîne, la un moment dat m-a indus cumplit în eroare. S-a creat impresia că în cabinetul meu de la grădina zoologică sporovăiesc nişte femei. Un rîs asemănător celui omenesc nu cunoaştem însă decît la cimpanzei care, cînd îi gîdili, rîd în hohote."*

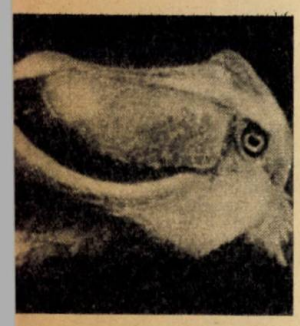
● *Dr. Schwartz, din Rostock, afirmase : „Dacă i-aş pune această întrebare maimuţei mele, ea va lua primul obiect pe care-i vor cădea ochii şi va începe să mă gîdile la subsuoară. Puteţi fi siguri că acţiunea va fi urmată de hohote de rîs."*

● *După dr. Altmann din Erfurt : „bineînţeles, unele animale pot rîde. Uitaţi-vă de pildă la fotografia acestei maimuţe rizînd."*

● *Profesorul Date, directorul grădinii zoologice berlineze, este însă de altă părere : „De ce să rîdă animalele ? Lor nu le arde de rîs : majoritatea timpului ele sînt ocupate cu procurarea hranei, şi tocmai de aceea trebuie să fie fără încetare prudente, spre a nu deveni ele însele hrana altcuiva. Totuşi, dacă am gîdila un cimpanzeu, el ar face o mutră care aduce cu grimasele rîsului, aşa că se pot bănui oarecari emoţii paralele. Dar cine a încercat oare să gîdile cimpanzei aflaţi în libertatea junglei ?"*

● *Pentru dr. Bürger problema se divide în două : 1. „Animalele pot rîde, ele rîd de încercările noastre de a afla dacă sînt în stare să rîdă." ; 2. „Uneori ni se pare că omul care rîde e gata să înceapă să plîngă. Cînd rîde o maimuţă, aparenţa este totdeauna aceeaşi."*

*Prin urmare, lucrurile sînt încă greu de lămurit deplin. Se prea poate ca aparentele expresii ale rîsului pe „faţa"unor animale să comunice cu totul altceva decît veselia sau ironia sau umorul, sentimente de care totuşi nu s-a dovedit capabil cu certitudine decît omul.*



# ŞAH MOZAIC

## MARII MAEŞTRI ŞI COMPUTERUL ŞAHIST

*● Dr. Max Euwe joacă o partidă fulger împotriva calculatorului electronic „Chess" ● Dacă resursele inteligenţei omeneşti sînt atît de mari, de ce nu ar putea omul construi un computer care să joace foarte bine şah ? ● Spaski contra (programul) Fischer... ● De ce a transformat maşina pionul în nebun şi nu în regină ? ● David Bronştein : „Un moment, vă rog, cer revanşa !" ● „Nu uitaţi, scorul meciului dintre noi este 1—1 !" ● Declaraţiile lui Bobby Fischer după un „show" televizat ● Dacă un computer ar stabili că 1. e4 este mai bun decît 1.d4... ● Am uitat că un robot era acela care efectua mutările... ● Anatoli Karpov : „Elementul uman este de neînlocuit în şah" ● Campioana lumii nu se teme de nici un campion-computer*

### Îngrijorarea unui fost mare campion

— Eram foarte neliniştit. Îmi imaginam ce-ar fi scris ziarele din toate ţările dacă pierdeam...

Conferinţă de presă cu dr. Max Euwe, fost campion mondial între anii 1935—1937. În calitate de preşedinte al Federaţiei internaţionale de şah (F.I.D.E.), dr. Euwe a vizitat numeroase ţări, unde a fost solicitat să ţină conferinţe de presă. De multe ori i s-a cerut şi părerea cu privire la perspectivele şahului programat. De fiecare dată el a povestit ziariştilor despre o experienţă interesantă. Cu prilejul unei vizite în Statele Unite, în 1971, fusese invitat să joace o partidă cu „Chess", învingătorul din primul campionat al ordinatoarelor şahiste americane. După o discuţie tehnică cu autorii programului s-a convenit că se va juca o partidă fulger — cu cinci minute de gîndire pentru fiecare din părţi. Şi, cum mărturisea înainte de partidă, fostul campion mondial se gîndea cu îngrijorare la ecoul pe care l-ar fi avut o eventuală înfrîngere.

— Am cedat piesele albe, a povestit el. Pe un tablou luminos a apărut anunţul „negru—Euwe". Am ales o variantă mai puţin cunoscută a partidei vieneze, ca să-mi scot „adversara" din teorie. Dar „Chess" juca foarte bine. Partida evolua repede. Într-o poziţie aproximativ egală a apărut un anunţ neaşteptat — negrul a pierdut prin depăşirea timpului de gîndire. Am protestat. Specialiştii au verificat cum a fost înregistrat timpul de gîndire şi au constatat că mutările făcute de mine erau transmise prea lent calculatorului, ceea ce a dus la un consum suplimentar de timp. Contestaţia a fost deci acceptată şi partida a continuat. Ulterior, maşina a făcut o greşeală gravă şi a pierdut.

Rugat să-şi împărtăşească impresiile privind jocul ordinatorului, dr. Euwe s-a arătat sceptic faţă de posibilităţile de progres al algoritmelor de şah.

— Calculatorul a jucat cu o forţă pe care aş situa-o între categoria întîi şi categoria a doua. În viitor, el va juca, fără îndoială, mai bine. Dar înainte de un secol nu va putea atinge nivelul unui maestru ! Desigur, are mari avantaje faţă de om. Nu oboseşte, nu intră în criză de timp, calculează variantele fără greş. Spre deosebire de jucătorul uman, este lipsit însă de intuiţie. Iar aceasta, după părerea mea, este esenţial.

Iată şi partida care i-a produs atîtea emoţii fostului campion mondial. Alb — „Chess", negru — dr. M. E. Euwe, 1. e4 ,e5 2. Nc4, Cf6 3. Cc3, C : e4 4. C : e4, d5, 5. Nb5 şah, c6 6. Nd3, d : e4. 7. N : e4, Nd6 8. d4, e : d4 9. D : d4, 0-0 10. Cf3, De7 11. Ng5, f6 12. Ne3, Ca6 13. 0-0-0, Nc 7 14. c4, Ne6 15. Nc2, Cb4, 16. Nb1, Tad8 17. De4, f5 18. Dh4, D : h4 19. C : h4, b6 20. b3, f4 21. Nd 4, c5 22. Nc3, Cc6 23. T; d8, T: d8 24. a4, Cd4 25. Nc2, Tc8 26. f3, g5 27. N : d4, c : d4 28. Cf5, N : f5 29. N : f5, Te8 30. Nh3, Te3 31. Rb2, Ne5 32. Ne6 şah, Reg7 33. Nd5, d3 şah 34. Rb1, Te2 35. Ne4, d2 36. Rc2 ?, Tel şi negru a cîştigat după cîteva mutări.

Comentînd desfăşurarea partidei, dr. Euwe a tras următoarea concluzie : „Din zece mutări, maşina face nouă excelente şi una proastă ; este preferabil ca cineva să facă zece mutări mai puţin strălucite decît să greşească grav...".

## Cel puţin 100 de ani !

Dr. Euwe este cunoscut de mult prin neîncrederea faţă de posibilităţile relativ rapide de dezvoltare ale şahului programat. În 1963, el a încercat să-l convingă pe Mihail Botvinnik că resursele inteligenţei omeneşti sînt nebănuit de mari şi că o maşină nu le poate întrece (răspunsul primit este instructiv : „Dacă consideraţi capacitatea intelectuală a omului atît de mare, atunci trebuie să admiteţi că omul este capabil să construiască şi un calculator electronic atît de puternic..."). Ulterior, dr. Euwe a declarat. cu prilejul unei conferinţe de presă ţinută în oraşul sovietic Vladimir : „Am studiat doi ani această problemă împreună cu filozofi, matematicieni şi jucători de şah (cu prilejul unui studiu efectuat în cadrul Euratom, pentru a constata în ce măsură un program de şah pentru calculator poate ajuta la traducerea automată — prin computer — dintr-o limbă în alta — n.a.). Dacă Botvinnik crede că vor trebui 20—25 de ani pentru a realiza o maşină mare maestru, după părerea mea vor fi necesari cel puţin 100 de ani !"

În mai 1976, la Bucureşti, într-o convorbire cu semnatarul acestor rînduri, dr. Max Euwe şi-a reafirmat din nou, categoric, scepticismul în ceea ce priveşte posibilităţile de progres amplu al şahului practicat de calculatoarele electronice.

Pentru a fi mai convingător, dr. Euwe a recurs la un exemplu practic. Într-un articol publicat în „British Chess Magazine", împreună cu prof. Walter Meiden, fostul campion mondial a evocat — într-o manieră evident simplificată — dificultăţile imense care stau în faţa celui ce vrea să programeze un calculator să joace şah (greutăţi pe care, de altfel, nimeni nu le tăgăduieşte...).

## Ordinatorul are simţul umorului...

Un alt fost campion mondial, Boris Spasski, a înfruntat şi el un computer. În vara lui 1973 — un an după ce pierduse titlul în „meciul secolului", disputat cu Robert Fischer la Reykjavik — Spasski a luat parte la un turneu internaţional în R.F.G. În acea perioadă era programată reuniunea anuală a Asociaţiei vestgermane de matematică şi prelucrare automată a datelor „G.M.D.". Printre temele înscrise pe ordinea de zi a reuniunii figura „Şahul ca obiect de cercetare în sensul unor planuri strategice". În cadrul acestui punct, între cîteva referate şi dezbateri, era inclusă şi o demonstraţie practică, urmînd să-şi facă „debutul", programul realizat de dr. Kurt Fischer din Stuttgart pentru un calculator electronic I.B.M./370. Boris Spasski şi Paul Keres au fost invitaţi să înfrunte ei, primii, pe noul „jucător" de şah. „Vom putea astfel asista la un nou meci Spasski-Fischer (Kurt !"), a glumit un ziarist.

Partidele s-au jucat la 5 iunie, într-un castel de lîngă Bonn, unde aveau loc lucrările reuniunii anuale ale societăţii amintite. Mutările jucătorilor umani erau transmise prin teleimprimator în laboratorul Universităţii din Bonn, unde se afla instalat calculatorul. Spasski şi Keres efectuau mutările pe tabla de demonstraţii şi comentau în faţa asistenţei desfăşurarea jocului.

Cu puţin înainte de a se începe partidele, s-a aflat că programul nu conţine rocade. Marele maestru K. Darga, de faţă la demonstraţie, s-a oferit să-l ajute pe dr. Fischer în modificarea programului. Dar, după cum se va vedea, I.B.M.-ul nu a mai ajuns în situaţia de a muta, simultan, regele şi o tură...

Iată cele două partide :

**Alb. — P. Spasski, negru „I.B.M./370".** 1. e4, d5 2. e : d5, D : d5 3. Cc3, Dd8 4. d4, Nf5 5. Cf3, Cc6 6. d5, Cb4 7. Cd4, e6 8. Nb5 şah, Re7 9. a3, C : d5 10. C : f5, Rf6 11. Ce4 şah, R : f5 12. Df3, Re5 13. b3, Cgf6 14. Nb2 şah, Cc3 15. D : c3 şah, Dd4 16. D : d4, Rf5 17. De5 şah, Rg4 18. Dg5 mat.

**Alb — P. Keres, negru „I.B.M./370".** 1. d4, d5 2. e4, d : e4 3. Cc3, Cf6 4. f3, Nf5 5. Ng5, Cc6 6. Nb5, e6 7. f : e4, N : e4 ? 7. C : e4, Nd6 9. Df3, Nb4 şah 10.c3, Ne7 11. N : C6 şah, b : c6 12. C : f6 şah, g : f6 13. D : c6 şah, Rf8 14. Nh6 şah, Rg8 15. Df3, f5 ! 16. Dg3 şah, Ng5 17. N : g5, Dd6 ! 18. Nf4 şah, Rf8 19. N : d6 şah, c : d6 20. D : d6 şah, Rg8 21. g4, f : g4 22. Cf3, h5 23. h3, g : f3 24. Tg1 şah, Rh7 25. De5, f2 şah 26. Rd2, f : g1 Nebun ! 27. T : g1, h4 28. Dh5 mat.

Mutarea a 26-a a maşinii în partida cu Keres a stîrnit discuţii. De ce nu a transformat maşina pionul în regină şi a preferat să-l transforme în nebun ? Unii, în glumă, au explicat că ordinatorul are... simţul umorului. Întrucît marele maestru l-a „ironizat" şi, în loc să ia pionul f2, a îndepărtat regele, „el" a jucat zeflemitor, transformînd pionul într-o figură minoră. Se pare însă că explicaţia mutării f2—g1 Nebun ar fi următoarea : întrucît piesa care se transformă este oricum pierdută, a fost preferată transformarea în nebun şi nu în regină, pentru ca pierderea să fie de mai mică amploare !

## Vocea metalică de la telefon

Despre o experienţă interesantă a povestit marele maestru David Bronstein. Cînd a avut loc meciul dintre calculatorul

electronic sovietic „M-20" şi „I.B.M."-ul Universităţii Stanford din S.U.A., el a comentat cele patru partide, manifestînd receptivitate faţă de elementele inedite ale întrecerii. De altfel, şi în alte împrejurări, el s-a arătat interesat de aspectele particulare ale jocului de şah. Lui i se datorează introducerea graficului de cronometrare a fiecărei mutări — ceea ce permite o mai bună „radiografiere" a utilizării timpului de gîndire şi reliefarea momentelor mai deosebite ale unei întîlniri. Tot el este autorul propunerii de modificare a regulamentului, prin introducerea unei prevederi conform căreia şi regina să aibă dreptul de a face rocada ; modificarea ar fi menită să combată remizele de salon care „poluează" activitatea competiţională.

Aşadar, istoriseşte Bronstein într-una din cărţile sale, după ce „M-20" a cîştigat cu 3—1, „noi, marii maeştri, am fost întîmpinaţi mereu de prieteni cu stereotipul «cît de tare joacă robotul?». Noi am răspuns ceea ce credeam : El joacă destul de bine, dar pînă să ajungă la nivelul unui mare maestru mai este încă un drum lung. De altfel, ştiinţa nu poate face minuni...".

Într-una din zile, la locuinţa sa a sunat telefonul. Cînd a ridicat receptorul s-a auzit glasul unui bărbat :

— Stimate mare maestre ! De mulţi ani urmărim cu interes arta dumneavoastră şahistă...

Ascultînd această introducere, Bronstein s-a gîndit că este vorba de o invitaţie la un simultan. Interlocutorul, care s-a recomandat drept cercetător ştiinţific la un institut din Moscova, a continuat :

— ...Iar acum avem la dumneavoastră o rugăminte foarte serioasă. Veniţi la noi la institut ! Măcar pentru două ore...

Marele maestru a răspuns că este foarte ocupat.

— Ne pare rău, i s-a replicat. Noi doream să verificăm împreună o variantă...

— Cum, se miră Bronstein, nu este vorba de un simultan ? Ce nevoie aveţi de mine pentru o analiză de variante ? Şi, la urma urmei, la cine vă referiţi cînd spuneţi „noi" ?

— „Noi" sîntem un grup care lucrează în domeniul calculatoarelor electronice. În prezent, ne ocupăm de un program pentru şah. Robotul nostru îi învinge pe toţi jucătorii institutului. Din păcate, nu-l putem încă lăsa să joace la concursuri. Unii spun : „E doar o maşină. Lăsaţi-o întîi să bată un mare maestru..."

Explicaţiile l-au interesat pe Bronstein.

— Bine, atunci e în regulă. Voi juca mîine cu robotul dumneavoastră. Dar, bineînţeles, nu de la egal la egal. Îi voi da înainte regina.

A doua zi, cînd a început partida, în jurul lui Bronstein se găsea un grup numeros de spectatori din rîndurile lucrătorilor şahişti şi neşahişti ai institutului. La început, marele maestru părea destul de mulţumit de felul în care se desfăşoară jocul. Dar, după un timp, a început să se încrunte. Calculatorul adoptase o tactică ce nu-i convenea. Schimba piesă după piesă. Nu-i dădea deloc posibilitatea să complice jocul, pentru a încerca pe această cale să refacă handicapul material pe care-l reprezenta începerea partidei fără regină. Tinerii programatori glumeau pe seama marelui maestru. În ciuda împotrivirii sale, calculatorul, forţînd mereu schimbarea pieselor, şi-a păstrat avantajul şi a reuşit să cîştige.

Înfrîngerea marelui maestru a fost întîmpinată de cei prezenţi cu aplauze şi felicitările s-au revărsat asupra programatorilor. Organizatorii se pregăteau de plecare, începeau să fie stinse luminile. Bronstein a protestat :

— Un moment, vă rog, cer revanşa ! Şi înapoiaţi-mi regina albă, nu mai dau înainte nici o piesă.

Ambiţionat, marele maestru a jucat atent, excelent şi a obţinut o poziţie foarte promiţătoare de atac. La mutarea a 13-a, computerul a răspuns cu foarte mare întîrziere. Arbitrul a anunţat întreruperea jocului.

— Aşteptaţi vă rog puţin, s-a impacientat Bronstein. Joc 14. C : g5 şi dau mat în 10 mutări...

— Stimate mare maestru, nu vă grăbiţi, i-a răspuns arbitrul. Notaţi mutarea dumneavoastră şi închideţi-o într-un plic, conform regulilor FIDE.

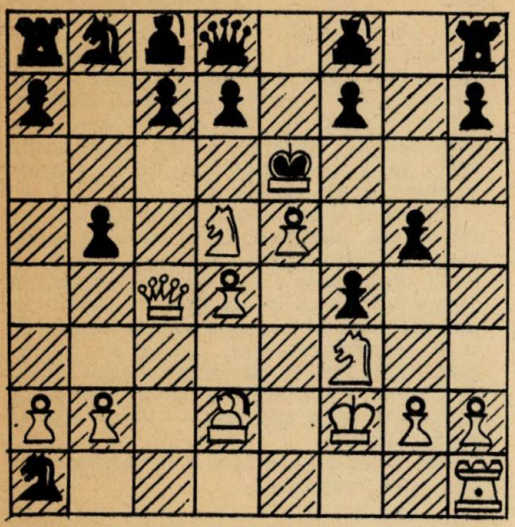
Vrînd-nevrînd, Bronstein s-a conformat. A doua zi, la ora 7,30 dimineaţa, l-a trezit din somn soneria telefonului. S-a auzit un glas metalic, sacadat.

— Vă felicit cu prilejul victoriei pe care aţi obţinut-o. Dar, fără regină nu aţi fi reuşit să cîştigaţi partida. Şi cînd veţi reveni la şahul dumneavoastră, nu uitaţi: scorul meciului dintre noi este egal : 1—1...

Pînă să apuce Bronstein să răspundă, s-a întrerupt legătura. Robotul şahist n-avea chef de discuţii... Iar de atunci, marele maestru nu s-a mai oferit niciodată să joace cu o regină în minus împotriva unui ordinator.

Iată această partidă „nemuritoare" a lui Bronstein, cu un mat anunţat în zece mutări :

Alb — David Bronstein, negru — maşina electronică de calcul. 1. e4,e5 2. f4, e :f4 3. Cf3,Cf6 4. e5,Cg4 5. d4,g5,g 6. Cc3, Ce3 7. De2,C :f1 8. Ce4,Ce3 9. Cf6, şah, Re7 10. Nd2,C :c2 şah 11. Rf2,C :a1 12. Cd5 şah, Re6 13. Dc4,b5.



14. C :g5 şah ! !, D :g5 15. C :c7 şah, Re7 16. Cd5 şah, Re6 17. C :f4 şah, Re7 18. Cd5 şah, Re8 19. D :c8,Dd8 20. Cc7 şah, Re7 21. Nb4 şah, d6 22. N :d6 şah, D :d6 23. De8 mat.

După campionatul mondial al computerelor şahiste, prima ediţie — din Stockholm, august 1974 — David Bronstein a declarat unui ziarist :

— Cînd am rejucat mutările „Caissei" (în partida cîştigată cu negrele la „Ostrich" — n.a.), am fost atît de emoţionat — ca şi cum aş fi avut de-a face cu o artă autentică. Pe moment, am uitat că un robot era acela care efectua mutările...

Într-un interviu acordat iugoslavului Bjelica şi publicat în revista „Chess" în 1970, Bobby Fischer a abordat şi el chestiunea robotului şahist.

— Ce părere aveţi despre viitorul şahului ?

— Cred că Botvinnik are dreptate. Maşinile de jucat şah sînt pe cale să devină atît de puternice încît ele vor ajunge cel puţin să remizeze cu marii maeştri.

— Credeţi că jucaţi ca un computer ?

— Nu, nici un om nu poate juca complet ca o maşină.

— Dar mulţi spun că sînteţi „o maşină de jucat şah"...

— Lumea spune că joci ca o maşină de şah atunci cînd învingi. Dar, cînd pierzi, nu ţi se mai spune aşa...

După doi ani, cu prilejul unui „show" televizat, organizat după ce cîştigase meciul secolului de la Reykjavik, Fischer a fost întrebat din nou despre şahul programat. El a răspuns :

— Da, cred că este posibil ca eu să fiu învins de un computer. Dar maşinile mai au mult pînă atunci. Ele joacă acum doar la nivelul categoriei B, care este cu cinci-şase nivele inferior celui la care joc eu.

Bobby Fischer şi-a exprimat părerea că, pentru a se ajunge la îmbunătăţirea considerabilă a jocului practicat de calculatoare, este nevoie de atragere în şahul programat a mai multor jucători de mare forţă.

## O maşină nu poate fi mai inteligentă decît un om

În reportajul pe care l-a publicat în „Revista de şah" după meciul de la Belgrad dintre echipele U.R.S.S. şi „Restul lumii", publicistul Valeriu Chiose relatează despre o întîlnire avută cu fostul campion mondial Mihail Tal. „Stăm la o cafea şi avem o foarte interesantă discuţie despre o temă foarte la ordinea zilei : şahul şi cibernetica. Vor reuşi roboţii să devină supercampionii tablei ? Computerul este un duşman al popularului joc ?" Iată opiniile lui Tal :

— Omul se poate împăca cu ideea că maşina este mai rapidă decît el, mai exactă decît el, dar nu va accepta niciodată că maşina este mai inteligentă decît el. Închipuiţi-vă ce s-ar întîmpla dacă un computer ar hotărî că „e4" este mai bun decît „d4" şi gîndind simultan pentru negru şi alb ar stabili o partidă ideală ! Şahul ar dispare. Ce emoţii poate provoca înfruntarea a două maşini ? Nici una. Fiecare şahist, ca şi fiecare om, îşi are temperamentul său, virtuţile şi slăbiciunile sale. Sînt optimist : cibernetica poate doar să ajute şahul. Cred că semiconductorii, oricît de abil conectaţi, nu vor scrie vreodată versuri mai frumoase decît cele ale lui Puşkin sau Goethe".

Un an mai tîrziu, Tal a fost întrebat :

— Cum îl apreciaţi pe Fischer ?

— Ca pe un computer.

— Nu, l-a contrazis ziaristul, un computer este Botvinnik.

— Botvinnik a devenit un computer abia după ce a pierdut titlul de campion mondial.

— Credeţi în precizarea sa că un ordinator va deveni campion al lumii ?

— Nu, nu în epoca noastră. O maşină nu poate fi mai inteligentă decît un om. Maşinile compun muzică, dar cine o ascultă ?

## ...Veţi pierde în 57 de mutări

Marele maestru sovietic Iuri Averbach a povestit şi el despre o experienţă interesantă în ceea ce priveşte şahul computerizat.

În timpul pregătirii programului „Caissa", care a cîştigat primul campionat mondial al maşinilor electronice de calcul, Averbach a funcţionat ca un fel de consilier tehnic. Între altele, el a fost con-

sultat în problema instruirii maşinii în jocul de final. „Caissei" i s-a dat să rezolve o poziţie studiată cîndva şi de Botvinnik şi Keres.

Averbach trebuia să verifice mutările ordinatorului, jucînd cu albele împotriva lui. „Cînd i s-a comunicat poziţia — relatează revista „64", — maşina a dat aproximativ următorul răspuns :

— Stimate mare maestru ! Veţi pierde după 57 de mutări.

Averbach nu a crezut computerul şi a făcut o mutare.

— Nu aţi ales cea mai bună variantă de apărare — a replicat „Caissa". Acum veţi pierde după 48 de mutări.

De fapt, marele maestru a pierdut mai repede.

După aceea, jocul a fost reluat din aceeaşi poziţie, cele două părţi schimbînd culorile. „Caissa", cu albele, a reuşit să remizeze într-o poziţie aparent pierdută..."

## Ce spun doi campioni mondiali

Cu prilejul unui interviu acordat marelui maestru A. Matanovici, pentru ziarul iugoslav „Politika", campionul mondial Anatoli Karpov a fost rugat să-şi spună părerea în controversata problemă a posibilităţii creării unui algoritm care ar putea juca ireproşabil şah. Iată răspunsul :

— Nu cred acest lucru. O asemenea problemă nu poate fi rezolvată, în nici un caz, într-un viitor apropiat. „Elementul uman" este de neînlocuit în şah. Intuiţia în acest joc este mai presus de orice.

Cu prilejul participării ei la concursul internaţional de la Timişoara (1975), campioana mondială Nana Gaprindaşvili a acordat un interviu publicat de „Almanahul Tribuna 1976". Una din întrebări s-a referit la şahul programat :

— Cum vedeţi comparaţia şahist-computer ?

— Pînă cînd computerele se vor perfecţiona într-atît încît să-mi pună probleme, desigur, eu nu voi mai juca şah. Pînă atunci nu mi-e teamă de nici un campion-computer.

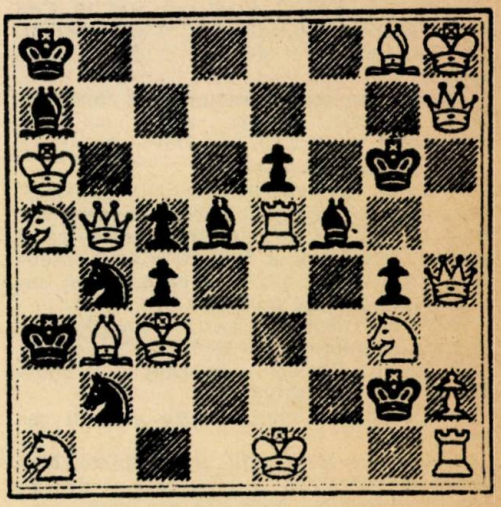
U. VĂLUREANU

## Pe o planetă, undeva în Cosmos, în anul 2165...

Se făcea că era în anul 2165, pe planeta Zadachenia, undeva în Cosmos. Doi astronauţi veniseră de curînd de pe Pămînt şi locuitorii planetei s-au arătat foarte încîntaţi cînd au aflat că oaspeţii ştiu să joace şah (în cadrul examenelor pentru obţinerea unui carnet de cosmonaut pe Terra devenise obligatorie şi obţinerea titlului de maestru de şah). Numai că, atunci cînd au vrut să joace cu ei, zadacheniştii şi-au dat seama că astronauţii practică un joc care era foarte popular prin secolul douăzeci şi nu cvadrişahul iubit de ei, pe o tablă cu 256 de patrate şi patru seturi de piese...

Pentru a-şi manifesta simpatia faţă de astronauţi, locuitorii îndepărtatei planete le-au arătat un şah ceva mai simplu şi le-au oferit spre rezolvare o problemă în care albul joacă şi dă mat în două mutări. De fapt, nu era o problemă obişnuită, ci o „cvadriproblemă", adică pe o singură tablă cu 64 de patrate erau patru probleme. Asta explica şi existenţa pe aceeaşi tablă a opt regi — patru albi şi patru negri.

Iată poziţia care le-a fost pusă pe tablă, spre rezolvare :



În prealabil, li s-au explicat cîteva reguli pe care cei doi nu le cunoşteau. Într-o cvadriproblemă, fiecare din cele patru lucrări are acelaşi număr de piese. Fiecare cvadruplet se găseşte pe o pătrime din tablă, cu excepţia unei piese, denumită „planetă", care se găseşte deasupra sau dedesubtul problemei ; planeta nu este niciodată un rege. În limitele capacităţii lor obişnuite, toate piesele unei cvadriprobleme pot muta pe întreaga tablă, făcînd abstracţie de piesele existente în celelalte trei sferturi ale spaţiului de 64 de patrate.

— Asta înseamnă că regina din h7 este o „planetă", a exclamat unul din astronauţi, după ce i s-au explicat regulile.

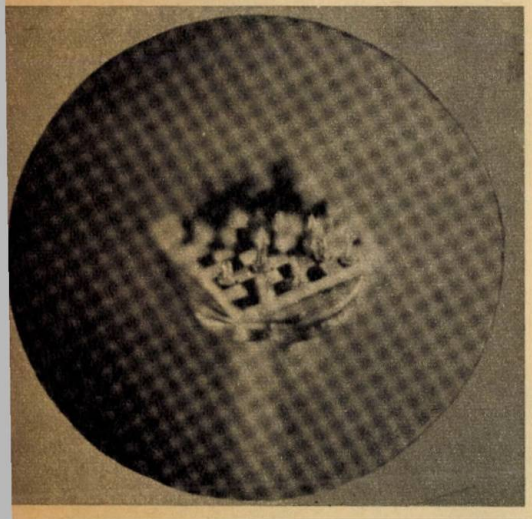
Altminteri, regele negru s-ar găsi în şah.

— Într-adevăr, aşa este. Dar care sînt celelalte planete şi care sînt cele patru soluţii ale cvadriproblemei ?, l-a întrebat unul din cei ce-l iniţiase în acest neobişnuit gen de probleme.

*(După o schiţă a maestrului britanic Peter Clarke publicată în săptămînalul „Sunday Times")*

*Soluţia cvadriproblemei*: în problema din dreapta sus regina din h7 este o planetă, care aparţine problemei din dreapta jos. Conform regulilor explicate, una din piesele aflate pe cvadrupletul de jos aparţine compoziţiei de sus. Să vedem cu care din ele se pot face mai multe încercări de a da un mat în două mutări. Singura piesă cu care poate fi dat matul este regina din h4 : 1. Df4 ! (în deplasarea ei, dama face abstracţie de existenţa pionului negru g4), Rf6 2. T : e6 mat. Soluţia problemei din dreapta jos : 1. Dh6 ! şi după 1... Rf3 2. 0—0 mat. În problema din stînga sus planeta este calul din a5 iar în problema din stînga jos planeta este pionul negru c4. Soluţiile celor două probleme : 1. Dd7 ! şi 1. Rd2 !

## Şah microscopic



*Fotografia de mai sus prezintă un şah văzut cu ajutorul unui... microscop, tabla de şah şi piesele aflîndu-se pe un cap de ac cu gămălie ! Autorul acestei miniaturi este inginerul moscovit Nicolai Ziadristi, care a utilizat bineînţeles şi el un microscop pentru a cizela piesele liliputane.*

## Şah din sticlă

**O mie de dezlegători de probleme de şah au luat parte la concursul organizat de ziarul londonez „Times", la începutul anului 1976. Condiţiile de desfăşurare a competiţiei au fost destul de dificile. Participanţilor li s-a cerut să rezolve cîteva studii şi probleme greu de soluţionat şi în plus, să ilustreze unele teme şahiste prin compunerea unor... partide. Premiul întîi a constat dintr-o sumă de bani şi un joc de şah unicat, cu piese create special de un sculptor în sticlă.**

## Barometre vii

Îndelungate observaţii îi fac pe locuitorii multor localităţi să ţină cont de comportarea unor animale, care „prevăd" schimbarea vremii. Iată cîteva dintre acestea :

● **Zborul rîndunelelor** în apropierea pămîntului, e un semn că ploaia nu va întîrzia.

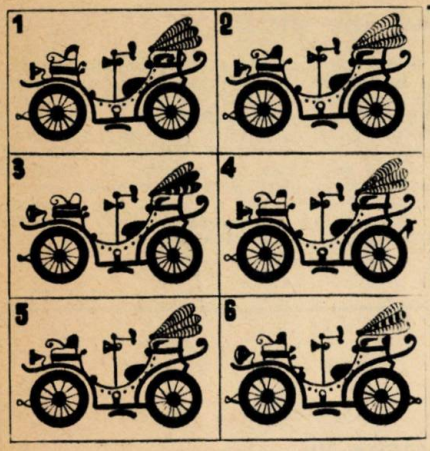
● **Uneori vrăbiile fac mare gălăgie,** ceea ce constituie un indiciu că se strică vremea. Dacă ele se scaldă în praful şoselei, va ploua. Cînd îşi ciugulesc penele, va fi vînt. Faptul că se ascund, constituie un avertisment : furtuna se apropie.

● **Cînd porcul zvîrle cu rîtul ţărîna pe spate,** se aşteaptă la vînt şi ploaie. În cazul că animalul e văzut cu un pai sau cocean în gură, stricarea vremii e iminentă.

**Pentru ca brotăcelul să fie un bun barometru,** trebuie să i se creeze anumite condiţii, fără cheltuială specială şi la îndemîna oricui. Într-un borcan cu apă în proporţie de $^2/_3$ se introduce o mică scară de lemn (asemănătoare celei folosite la susţinerea florilor în ghiveci) şi un brotăcel. Se fac observaţii asupra comportării animalului. Cînd brotăcelul s-a ridicat pe treapta de sus a scării, deasupra apei, cu certitudine vremea se menţine frumoasă ; dacă el se lasă în apă, vremea e în curs de schimbare ; cînd animalul se coboară la fund, să ne aşteptăm la vreme rea. Menţinerea în viaţă a brotăcelului se reduce la schimbarea apei la 3—4 zile şi asigurarea hranei cu musculiţe şi fărîmituri de pîine.

**ILIE CIUTESCU**

# JOCURI DISTRACTIVE

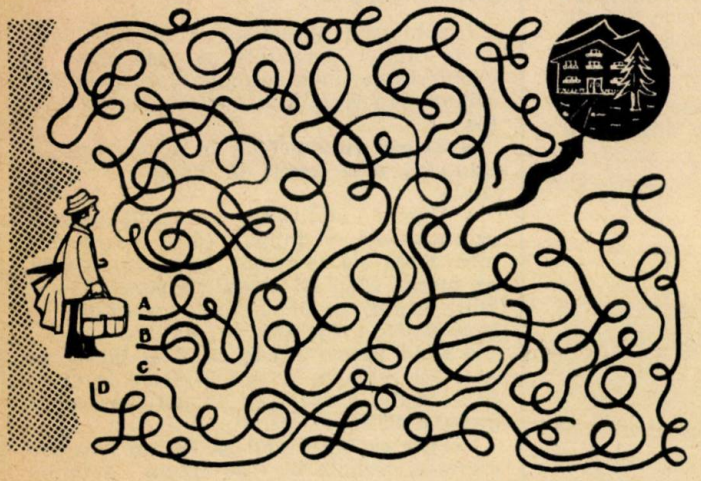


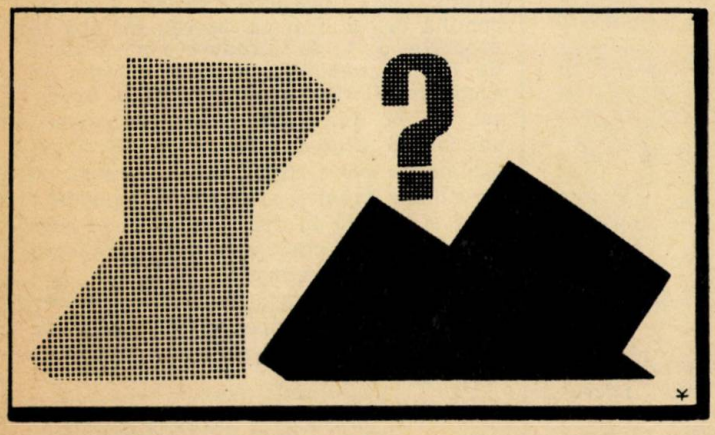

## DOUĂ DIN ȘASE

Două din cele șase desene sînt identice. Vă propunem ca în 30 de secunde să le găsiți pe cele două cu pricina.

## DRUMUL SPRE CABANĂ

Care este drumul pe care trebuie să-l străbată călătorul pînă la cabană ? Puteți să-l ajutați ?




## FORMA GEOMETRICĂ

Încercați, prin segmentarea în două a figurii din stînga, să reconstituiți forma geometrică din dreapta.

## FOTBALISTUL

**Vă invităm la un examen de perspicacitate : indicați ordinea cronologică a celor patru desene.**

DESEN DE TOMULET VIRGIL

## DEZLEGĂRI

**Două din șase**

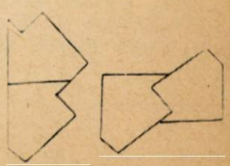
Două din șase : 2 și 5

**Drumul spre cabană:**

Cel însemnat cu litera B.

**Fotbalistul : 2, 1, 4, 3**

**Forma geometrică :**



# IPOTEZE

## SE VOR MUTA OAMENII ÎN COSMOS, CÎND?

*Dacă pînă nu cu mulți ani în urmă, răspunsul la această întrebare ar fi părut de domeniul utopiei, astăzi, ca urmare a cuceririlor științei și tehnicii, în general, și în domeniul cosmic în special, a multiplelor experiențe și perfecționări aduse în ultimul timp zborurilor cosmice etc. răspunsul nu poate fi decît afirmativ.*

### CALENDARUL CUCERIRII COSMOSULUI

**In condițiile primelor succese ale misiunii „Viking-1" capătă un interes deosebit previziunile futurologului american Herman Kahn, sub forma unui calendar al cuceririi Cosmosului de către om. Iată principalele date ale acestui calendar :**

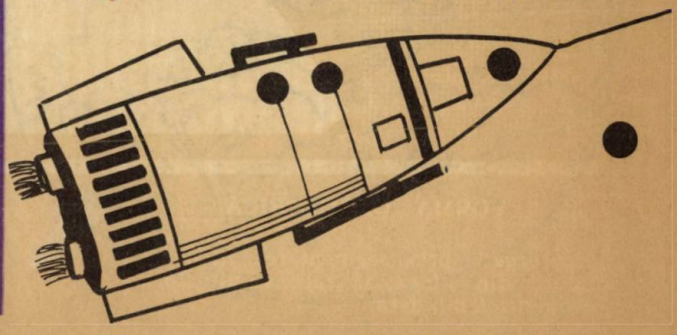
- **1987 — zăcămintele de materii prime utile de pe Marte sînt cartografiate ;**
- **1990 — prima amartizare a unui om ;**
- **1995 — în Cosmos începe producția unor substanțe care pot fi obținute doar în condiții de imponderabilitate sau în vid ;**
- **2000 — începe colonizarea spațiului prin asamblarea primei stații cosmice de mari dimensiuni ;**
- **2005 — pe Marte sînt inaugurate primele mine ;**
- **2040 — populația Lunii va atinge 100 000 de oameni ;**
- **2110 — în Cosmos vor trăi mai mulți oameni decît pe Terra.**

Academicianul sovietic Boris Metrov, într-un articol apărut în ziarul „Trud", este de părere că peste aproximativ 10 ani, stații cosmice vor putea primi la bord 10—20 de oameni, ce vor fi schimbați periodic, iar într-un viitor mai îndepărtat se poate conta pe construcția unor nave, de pe bordul cărora se va putea executa o mare gamă de cercetări și care vor avea echipaje formate din 50, 70 și chiar 100 de persoane. Asemenea stații urmează să fie asamblate în spațiul extraterestru din părți lansate separat.

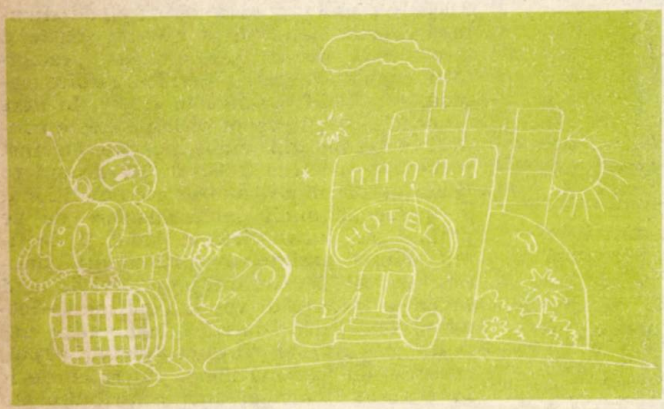
Inginerul american G. H. Stives a sugerat chiar ideea mutării în Cosmos a unor industrii poluante, prin construirea cît mai repede a unor noi stațiuni orbitale, pentru a apăra Terra de marele pericol al poluării. Alții susțin ideea realizării unor mari construcții plasate pe orbite în jurul Pămîntului, care să fie folosite fie ca sanatorii pentru tratarea anumitor maladii, fie ca sere pentru creșterea plantelor în condiții de imponderabilitate, fie chiar ca hoteluri spațiale.

Fizicianul Gerard O'Neil este și mai optimist în această privință, apreciind și el că prin folosirea actualelor posibilități tehnice și cu investiții similare celor absorbite de programul „Apollo", ar fi posibil ca pînă în 1988 să fie construit și instalat pe orbită chiar un „mini-oraș" cosmic. Această adevărată „colonie cosmică" ar putea primi 10 000 de persoane ; construită de 2 000 de astronauți-montori ea ar necesita 490 000 tone de materiale aduse de pe Lună și 10 000 tone transportate de pe Terra și ar avea forma unei clădiri cilindrice lungi de 1 km și cu un diametru de 100 m.

Dar unii autori ai proiectelor de colonii cosmîce merg și mai departe, prevăzînd construirea în 1996 a unui oraș pentru 100 000 — 200 000 de locuitori, care ar costa 34 miliarde de dolari și care s-ar prezenta sub forma unei construcții lungi de 3,2 km



și cu un diametru de 320 m. Vor urma după anul 2000 așa-numitele „macrocolonii cosmice", care ar putea atinge lungimi de 32 de km și ar beneficia de recrearea artificială a gravitației, a cerului terestru, a succesiunilor de zi-noapte și chiar a unor activități agricole sau de altă natură ; aceste orașe ar putea asigura condiții de viață și de activitate pentru două milioane de „cetățeni spațiali". Și calculele acestora, mergînd mai departe, arată că dacă se vor putea utiliza ca materii prime, bucățile culese din centura de asteroizi dintre Marte și Jupiter, atunci dimensiunea



și numărul acestor „macrocolonii" s-ar dubla la fiecare 6 ani, iar peste 500 de ani ele ar putea fi folosite de întreaga populație a Pămîntului, planeta noastră devenind... numai un loc de recreere și excursii.

Deși unele din aceste planuri par de domeniul fanteziei — așa cum unora li s-au părut cîndva previziunile și descrierile științifice făcute de Jules Verne la timpul respectiv — totuși, dacă vom arunca o privire retrospectivă numai asupra cuceririlor Cosmosului făcute în ultimii 10 ani, rezultatele obținute ne îndreptățesc să acceptăm ca probabile cel puțin o parte din aceste previziuni. Dar pentru aceasta, vor trebui continuate studiile, cercetările și experimentele medicale și biologice, atît pe om, cît și pe animale și plante, pentru a cunoaște, în primul rînd, cît mai bine efectele imponderabilității sau ale unei gravitații artificiale asupra organismelor. Pe această linie se înscrie lansarea apropiată de către Uniunea Sovietică a unui biosatelit, la bordul căruia va fi realizată pentru prima oară o gravitație artificială și în care vor fi plasate cutii speciale cu 12 specii biologice : șoareci, broaște, semințe, ciuperci etc. De asemenea NASA se pregătește pentru selecționarea mai multor femei, cărora li se vor încredința diferite misiuni de explorare a Cosmosului, zbor spațial care ar urma să se producă la începutul anului 1980 și va dura o perioadă mai lungă de timp. Toate aceste experiențe sînt cu atît mai necesare cu cît imponderabilitatea pune încă probleme medicale și biologice — uneori chiar foarte serioase — în condițiile vieții și activității cosmice de lungă durată și cu atît mai mult în condițiile ipotetice ale unor activități prelungite în marile construcții de pe orbitele din jurul Pămîntului.

**Dr. IONEL ȚUGUI**
**medic primar — directorul spitalului Colțea**

# BABELE ŞI SFINXUL DIN BUCEGI, UN MINUNAT COMPLEX SCULPTURAL AL NATURII?

*Sfinxul din Bucegi este considerat de unii ca monument al naturii, iar de alţii ca sculptură antropică. Care este adevărul?*

*În acest sens ne-am adresat unui specialist geomorfolog, prof. dr. docent* PETRE COTEŢ *de la Facultatea de geologie-geografie din Bucureşti, care ne-a dat următorul răspuns:*

1. **De la început** aş vrea să precizez pentru publicul larg că geomorfologia ca ramură a ştiinţei se ocupă cu studiul formelor de relief ale scoarţei terestre şi este destul de nouă în raport cu geografia şi geologia, la contactul cărora se situează. Relieful scoarţei terestre este foarte variat ca dimensiuni, aspect şi geneză (macro, mezo şi microrelief), iar cel de care ne ocupăm aparţine ultimei categorii. Microrelieful se formează în cele mai variate condiţii de latitudine şi altitudine, în raport cu factorii modelatori (agenţii externi) şi cu roca în care este sculptat.

Pentru siguranţa afirmaţiilor ce urmează este absolut necesar să urmărim seria evolutivă a complexului sculptural

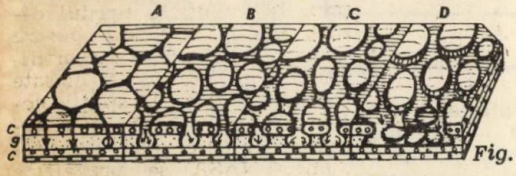



Fig. 1

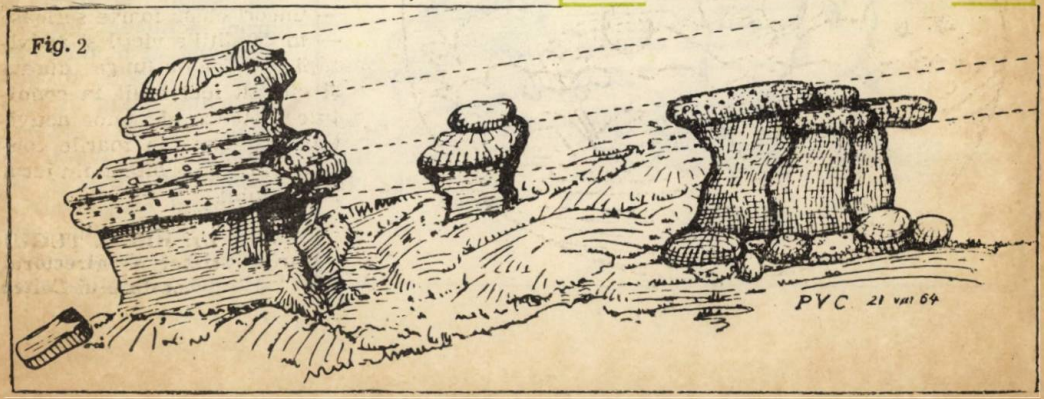
*Formarea microreliefului de tip Babe şi fazele ei. A — diadozarea plăcii de microconglomerate şi pătrunderea apei din precipitaţii în interior; B — formarea canalelor subterane în fază incipientă; C — idem, în fază mai evoluată; D — prăbuşirea unor ciuperci şi reliefarea altora care intră şi sub acţiunea vîntului.*

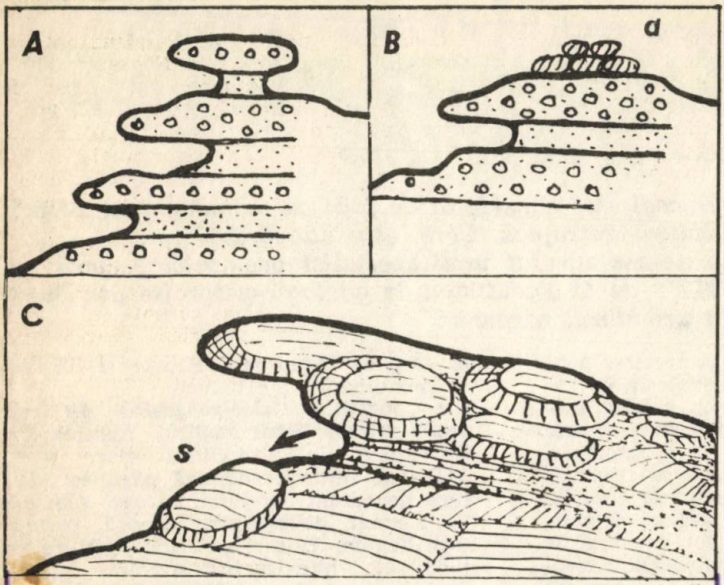
în care se încadrează Babele şi Sfinxul, ca monumente ale naturii.

2. **Condiţiile fizico-geografice în care apare microrelieful analizat.** Acestea sînt imprimate de altitudinea mare (peste 2 000 m), unde predomină păşunea montană de climat temperat, cu veri scurte şi ierni lungi, dezagregare intensă, precipitaţii bogate, vînturi puternice, şiroire rapidă, reţea hidrografică în trepte, în curs de organizare, lipsa pădurilor. Aceste condiţii naturale din zilele noastre au fost precedate cu circa 8 000—10 000 de ani în urmă de un climat mai aspru, condiţionat de prezenţa micii calote glaciare de pe platoul din jurul vîrfului Omul şi denumit **climat periglaciar** (crio-nival), sinonim cu cel de tundră propriu-zisă, cînd acţiunea îngheţului veşnic (gelifracţia-dezagregarea fizică datorită îngheţului), zăpezii (nivaţia) şi vîntului (deflaţia-spulberarea) au fost mult mai puternice decît în prezent, toate acestea contribuind la modelarea sau şlefuirea microreliefului amintit. Un alt factor care joacă un mare rol este **roca**, tăria ei — rezistenţa la acţiunea agenţilor externi şi ca poziţie (strate orizontale, înclinate, uşor cutate). În cazul Bucegilor, Ciucaşului şi Ceahlăului predominante sînt rocile sedimentare, conglo-

*Microrelieful de tip Babe din imediata apropiere a cabanei Babelor (în stînga „Sfinxul Mic", iar în dreapta „Babele înfrăţite") şi corelaţia diferitelor orizonturi de microconglomerate şi gresii.*

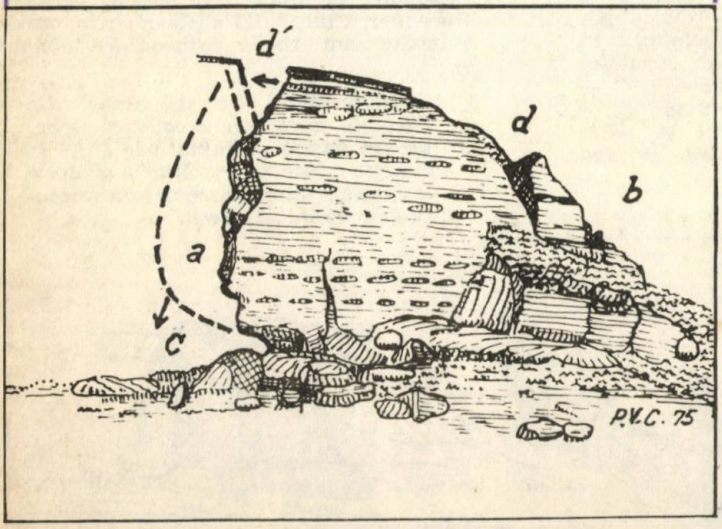
Fig. 2






*Microrelief de surplombe — streaşini de microconglomerate*
*A — cu trei etaje — cea mai înaltă cu aspect de Budă ;*
*B — cu blocuri (a) rezultate din surparea ciupercii ;*
*C — surplombă monoclinală şi blocuri surpate (S)*

*Sfinxul şi analiza lui (desen după o fotografie de geolog D. Lubenescu): a — partea nord-vestică — frontală ; b — partea sud-estică, adînc diacluzată (d) şi blocuri surpate şi fixate ; c — surplomba frontală şi surparea ei în lungul diacluzei ($d^1$).*




meratele şi gresiile. Primele sînt mai rezistente, mai dure, iar cele de al doilea, mai slabe, mai friabile, ceea ce face ca eroziunea să se desfăşoare diferit (eroziune diferenţială sau selectivă). Aceasta acţionează şi în cazul altor roci în afară de cele sedimentare, cum sînt cele metamorfice şi eruptive, dar nu aşa de pregnant ca în cazul conglomeratelor şi gresiilor din munţii amintiţi.

**3. Geneza microreliefului de tip Babe.** Începem cu acest tip, deoarece în seria evolutivă el apare mai clar. În acest sens, am ales un profil longitudinal pe traseul ce poate fi urmărit de orice turist plecînd de la cabana Omul spre cabana Babele, unde la zi predominante sînt alternanţele de micro-conglomerate şi gresii. Începînd din bazinul Sugărilor (afluent al Ialomiţei), pe poteca în pantă, atenţia ne este atrasă de o placă de microconglomerate pe care mergem, spartă (diaclazată) în bucăţi poligonale de dimensiuni variate, un fel de pavaj natural (fig. 1. a.). Prin aceste diaclaze sau crăpături, care se lărgesc treptat, apa din ploi şi din topirea zăpezilor pătrunde în interior şi se scurge în direcţia pantei, formînd mici torenţi subterani. În lungul acestora şi prin acţiunea lor de eroziune apar mici canale incipiente şi apoi evoluate, tăiate în roca mai friabilă (gresia), situată sub placa de conglomerat (fig. 1, B]. Orizontul conglomeratic fiind mai dur este erodat mai greu, el constituind acoperişul care

protejează canalele subterane ce se lărgesc treptat. În același timp se lărgesc și diaclazele ce devin un fel de șănțulețe din care se observă cum plăcile de microconglomerate, tocite și rotunjite, în același timp de apele din precipitații, constituie pălăria unei ciuperci ce se sprijină pe un picior de gresie, situat între două canale (fig. 1, C). Forma de ciupercă, realizată subteran prin apa de șiroire, devine și mai evidentă într-o fază și mai înaintată, cînd sub influența greutății și a piciorului mult subțiat, unele ciuperci se surpă, rămînînd la zi ca forme pozitive numai cele mai rezistente (fig. 1, d).

Acestea intră astfel direct sub acțiunea aerului și în special a vînturilor, care le modelează în continuare.

Înarmați cu această descifrare genetico-evolutivă a microreliefului de tip ciupercă ajungem, trecînd pe lîngă Sfinx, la cabana Babele, unde găsim cele mai tipice microforme de acest gen, situate în imediata apropiere a izvorului ce apare pe versantul din vest. Cea mai mare grupare o constituie cele patru „babe înfrățite", iar cea mai impunătoare este „baba" cu cele două pălării, denumită de unii „Sfinxul Mic", cu forme mai colțuroase în ansamblu (fig. 2).

Corelația între eroziunea diferențială și orizonturile componente, de microconglomerate și gresii, este cît se poate de clară în tot acest complex sculptural prin liniile ce unesc orizonturile respective (fig. 2). Această corelație poate fi extinsă pînă la baba din spatele cabanei. Scoaterea la zi a formelor de Babe s-a făcut peste tot prin erodarea — spălarea rocilor din jur în decursul timpului geologic.

Pe alți versanți din jurul cabanei Babele, mai ales în partea de NE, eroziunea diferențială acvatică și eoliană scoate în evidență alte forme de ciuperci în care orizonturile dure apar ca niște streșini sau **surplombe etajate** pe ambii versanți sau numai pe unul. Cu acest din urmă exemplu ne apropiem de profilul Sfinxului propriu-zis.

**4. Analiza profilului longitudinal al Sfinxului.** Orientat de la NV spre SE și situat în NV cabanei, el iese în evidență prin asimetria celor două laturi principale, **cea** nordică (a), abruptă, frontală și cu profil asemănător unei **fețe** de om și **cea** sudică, prelungă, cu diaclaze adînci (d) care indică prăbușiri vechi de blocuri dezagregate, masive și fixate de vegetație, situate la piciorul versantului și care trec gradat în nivelul platoului. Pe latura nordică (a) profilul este mult mai proaspăt, iar blocurile surpate sînt încă nefixate și răzlețe, desprinse dintr-o surplombă mai mare (c), în urma unei diaclaze adînci (d'), simetrică cu cea din spate (d). Și în cazul Sfinxului, orizonturile mai dure (conglomeratice) ies în evidență prin dungi mai pronunțate, cum este cazul celui superior, care are aspectul unui mic fes.

Revenind ca încheiere la cele două teze cu privire la originea Sfinxului — **naturală** și **antropică** — **prima** constituie un adevăr științific, demonstrat prin date de teren, iar a **doua,** o simplă presupunere fără dovezi arheologice.

Sfinxul nu poate fi analizat în afara întregului cortegiu de microforme naturale, care constituie complexul de **tip Babe,** în care acțiunea eoliană s-a grefat pe formele inițiale, generate de apa de șiroire, pluvio-denudație, în condițiile litologice și altimetrice, specifice Bucegilor și altor masive de acest gen.

Tot așa de interesante și mult mai variate sînt microreliefurile de versanți abrupți, poliețele, turnurile, colonadele și hornurile. Ultimele ușurează pătrunderea în aceste „cetăți naturale de piatră" (operă a modelajului atmosferic) care sînt Bucegii, Ciucașul și Ceahlăul, o lume geomorfologică aparte, plină de curiozități, o lume naturală de „basm", ca și cea subterană, calcaroasă a peșterilor și în care fantezia omului descoperă multe aspecte inedite.

**Prof. dr. docent PETRE COTEȚ**

# EXISTĂ SAU NU OMUL ZĂPEZILOR?

**O AVALANȘĂ DE ȘTIRI ENIGMATICE.** Fie de la expedițiile pornite spre înălțimile Himalaiei, fie de la locuitorii mlaștinilor și pădurilor de coastă înșirate de-a lungul Oceanului Pacific între California și Alaska, fie de la cutezătorii vînători ce s-au avîntat prin pădurile virgine ale Columbiei și ale Iakuției siberiene, primim de mai multă vreme știri despre urmele sau chiar despre imaginile unor presupuse specii de umanoizi, trăind prin regiuni foarte puțin explorate și desemnați în general drept niște „oameni ai zăpezilor".

Denumirile atribuite acestui misterios și controversat „om al zăpezilor" variază în funcție de locul din care ne parvin știrile, localnicii respectivi admițîndu-i, ba chiar susținîndu-i de multă vreme existența. Astfel muntenii din nordul Tailandei, din Buruma și din Tibet îl numesc „yeti", locuitorii din Canada îi spun „bigfeet", cei din Columbia l-au bo-

tezat „sasquitches", în Caucaz i se spune ALMA, în timp ce vînătorii din Iakuția l-au numit „șușunaa". Pînă și oamenii de știință i-au găsit un nume : „dinophitecus", deși existența sa este încă nedovedită.

Primele și cele mai multe relatări ne-au parvenit de la expedițiile care porneau spre „acoperișul lumii" treceau prin țările montane din Asia Centrală. În timpul odihnei sub corturi a exploratorilor, din întunecimea nopții și a pădurii, se strecurau adesea ființe ciudate — bănuite inițial a fi urși — și care umblau prin sacii de bagaje furînd uneori alimentele găsite, iar alteori diverse obiecte strălucitoare-atrăgătoare.

Ziarul „Domenico del Corierre" relata că o expediție pornită spre Annapurna a fost salvată de la o moarte sigură datorită faptului că întregul personal plecase în urmărirea unei astfel de ființe. La întoarcere membrii expediției au găsit corturile acoperite de o avalanșă. S-a constatat apoi că urmele nu erau ale unui urs, așa cum se crezuse, ci chiar ale lui „yeti" (omul zăpezilor) care ar fi simțit că se va declanșa avalanșa și a vrut să salveze expediția.

În anul 1974 o expediție de alpiniști japonezi, în timp ce escaladau masivul Dhaulaghiri din Himalaia, au fotografiat urmele unui gigantic biped. Amprentele, care se continuau pe o distanță de un km, măsurau aproximativ 20—25cm. lungime și 20 cm. lățime. Unul dintre alpiniștii japonezi afirma că ar fi zărit umbra bipedului, dar vizibilitatea slabă nu i-a permis să-și dea seama cu certitudine despre ce fel de animal este vorba.

Tot în anul 1974, o ciobăniță care păștea o turmă de yaci, a fost atacată de un yeti care a ucis animalele. Fata s-a trîntit la pămînt și apoi a scăpat prin fugă. Autoritățile din localitatea Khonar (Nepal) au confirmat știrea, comunicînd descrierea făcută de păstorița care se numea Lapke Doma. Ea a declarat că agresorul era un om-animal de circa 1,50 m, mergea cînd pe două, cînd pe patru labe, era foarte păros și avea degetele înzestrate cu unghii — sau gheare — extrem de puternice.

În 1975, Janusz Tomaszczuk, arheolog din Varșovia, declara că l-a văzut pe yeti între Laboche și Periche din masivul Everest. El a relatat că în seara zilei de 11 februarie, în jurul orei 19, rătăcindu-se de însoțitorii săi, a văzut la 40 m. înaintea sa o apariție de circa 1,80 m. înălțime, acoperită cu un păr negru. Agita cu repeziciune labele și s-a îndepărtat repede, fără să întoarcă capul, atunci cînd arheologul polonez a strigat la el.

În nordul Californiei, cu circa 10 ani în urmă, a fost filmat de fermierul american Roger Patterson, un uriaș om-maimuță. Deși imaginile de pe peliculă au fost declarate de către unii neîncrezători drept trucate, totuși sute de oameni ce locuiesc prin ținuturile dintre California și Alaska au susținut în diverse rînduri că au văzut și ei fie pe „omul zăpezilor", fie doar urmele pașilor săi. Acum 7—8 ani, lucrători și funcționari de la Saskatchewan, un baraj canadian în construcție, au zărit de repetate ori mai mulți oameni-maimuță care dădeau tîrcoale șantierului, fiind probabil atrași de noutatea zgomotului din zona ce era pînă atunci de nepătruns. Șeful triburilor de indieni din rezervația Big-Horn, tot din apropiere, a semnalat în diverse rînduri existența unor astfel de oameni-maimuță.

Ziarul londonez „The Sunday Times" a relatat despre o creatură ciudată, semănînd cu o maimuță și care fiind găsită într-un bloc de gheață din strîmtoarea Behring, a fost dusă în Statele Unite și Canada unde era expusă la tîrguri, bîlciuri și carnavaluri. Omul-maimuță fusese ucis de două gloanțe de armă de mare calibru. Acest caz, ieșit din comun, a stîrnit un mare ecou în presa vremii, totul rămînînd pînă astăzi o enigmă.

În anul 1973 a fost descoperit un alt om-maimuță care trăia prin pădurile de coastă ale Columbiei. Semnalat de către Comisariatul de poliție din Popayan, se preciza că el se afla într-o stare totală de sălbăticie, se hrănea cu fructe, dormea suspendat în pomi și emitea doar sunete guturale.

Recent, cotidianul sovietic „Soțialisticeskaia industria" relata mărturia unor vînători din Iakuția, care atestau că în acea regiune extrem de friguroasă din Siberia Orientală existau ființe misterioase care însă nu au putut fi contactate. Una din mărturiile înregistrate de etnograful A. Savin afirmă că „omul zăpezilor" este foarte înalt, umblă îmbrăcat cu piei de ren bine ajustate pe corp, nu poate vorbi, dar fluieră și-i place să fure pește din locuințele pescarilor.

**CE SPUN OAMENII DE ȘTIINȚĂ.** Savantul belgian Dr. Bernard Heuvelmans a studiat mărturiile strînse pînă în prezent asupra acestei ființe misterioase și a publicat concluziile sale în cartea „Pe urmele unor animale necunoscute". El consideră că acest umanoid aparține sau unei subspecii a lui HOMO SAPIENS, sau — datorită asemănării într-un mod cu totul ciudat cu omul pe care-l considerăm de tipul Neanderthal — că ar fi posibil ca în anumite condiții cu totul speciale, acest OM DIN NEANDERTHAL să nu fi